



ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

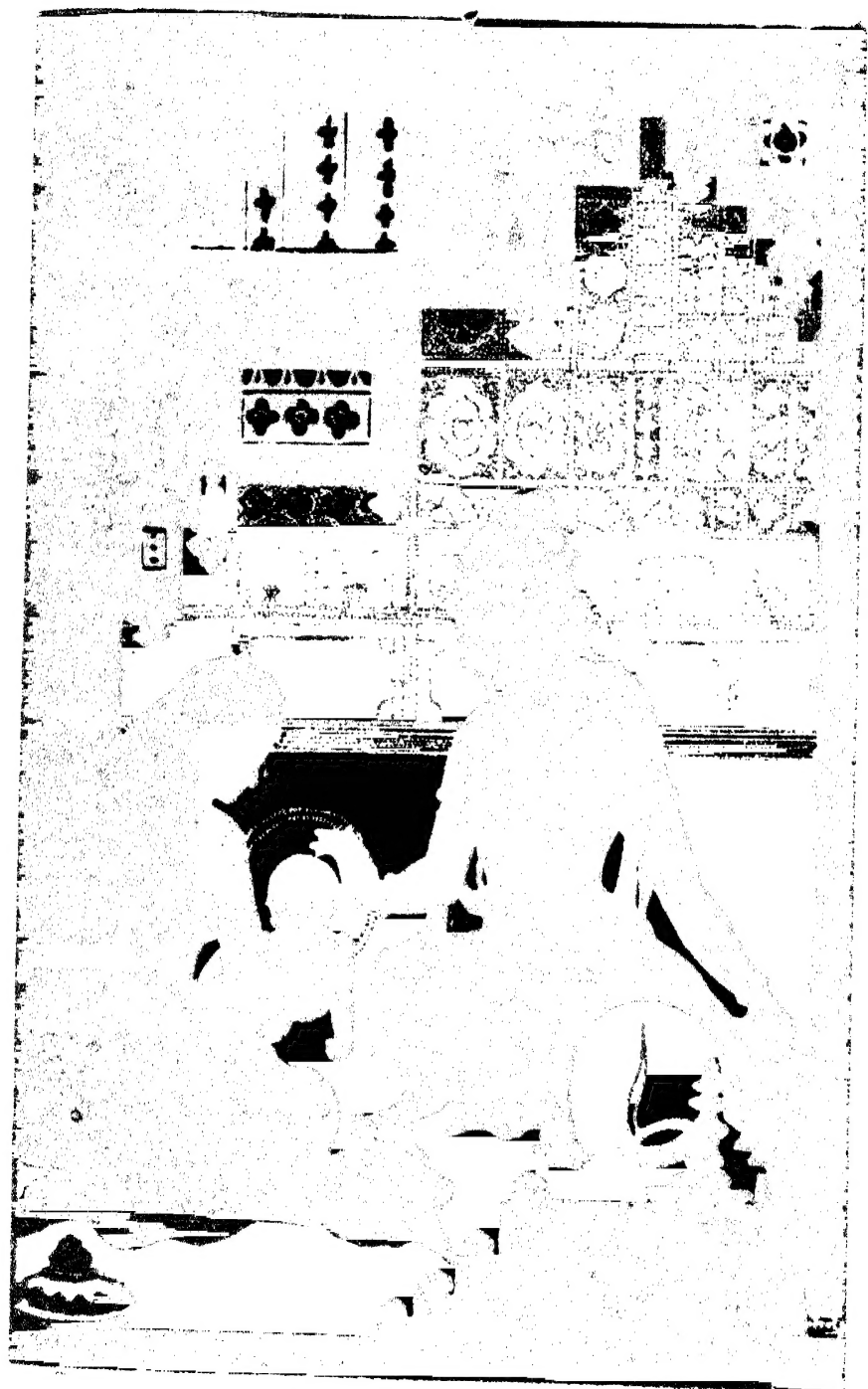
[ ગુજરાતી કાપીગટ્ટ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૨૬૨૮૨ કિંમત ૬-૧૨-૦

ગ્રંથનામ પદ્મ પારણ

વર્ગિક ૬૪૪:૩

Bhausa. Ramnath. Vammalida



સંતતિના સફળ સર્જનનું માર્ગદર્શન કરાવતું અને જનની  
જનતા પહેલાં અને જનની જન્યા પછીનું બહેનો મારેનું  
માહિતીપ્રલુ સર્વાંગમુદર સંસાર ઉપયોગી પ્રકાશન

# પરંપરા

પોણાસો ઉપરાંત ત્રિરંગી એ રંગી અને એક રંગી ચિત્રો સહિત

[ભાગ ૧-૨ સાથે]

149

ભાગ ૧ લો : કર્તા

મધુકર રાંદેરિયા એમ.એ.

ભાગ ૨ એ : કર્તા

એક અનુભવી ડૉક્ટર

60

296

17-5-47

: પ્રકાશક :

એન. એમ. ઠક્કરની કંપની

જુહાપુરા : પબ્લીશર્સ

૧૪૦ મિન્સેસ સ્ટ્રીટ : મુંબઈ ૨



કિંમત બિંદામીઠા અંશાલય  
અમદાવાદ  
ગુજરાતી કૉપીરાઈટ-સંગ્રહ  
૨૬૨૮૨

આભાર દર્શન  
આ પુસ્તકને કલામય સ્વરૂપ આપવામાં શ્રી. કનુ દેસાઈ, શ્રી. ભદ્રાબહેન દેસાઈ, શ્રી. નયનકુમાર સોની, શ્રી. નલિની બહેન — આ ચિત્રકાર મિત્રોએ જે સહકાર આપ્યો છે તે માટે તે મિત્રોનાં તેમજ કલામય મુદ્રણ કાર્ય માટે શ્રી. રામદાસ ઇ. પટેલ (રબની પ્રિન્ટરી) ના તેમજ નલિની પ્રિન્ટરીના તથા અન્યકર્તાના અમો આભારી છીએ.

પ્રકાશક



મુદ્રક : ભાગ ૧ લો રામદાસ ઇશ્વરદાસ પટેલ : રબની પ્રિન્ટરી : ૧૪૯,  
પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ : મુંબઈ ૨ : ભાગ ૨ જો : ચતુરભાઈ શનાભાઈ પટેલ :  
મહેન્દ્ર મુદ્રણાલય : શાક મારકેટ પાસે : અમદાવાદ



શ્રી \_\_\_\_\_ ને

ના શુભ પ્રસંગે  
અપેક્ષા ભેટ

તરફથી  
ના.

## આ પુસ્તકની રચના શા માટે ?



આ પુસ્તક લખવાનું કારણ હું આજે પ્રગટ કરું છું. વાંચીને તમે આશ્ચર્ય પામશો. પરંતુ જે સાચું છે તે કહ્યા સિવાય હવે શાસ્ત્રે કોમ નથી.

મારી વહાલસોષ પત્નીને મહિના રહ્યા, અમારા આનંદનો પાર નહોતો. બાલકનાં દર્શનની તમજા સૌ કોઇને થાય એ સ્વાભાવિક જ છે. અમને પણ એ તમજા થઇ આવી, પણ અમારો એ આનંદ નિરર્થક નીવડ્યો. દાયણુની અજ્ઞાનતાને લઇને, તેની બેકાળજીભરી માવજતને લઇને મારું પહેલા પારણાનું બાળક હતું ન હતું થઇ ગયું. ઘરમાં પહેલું પારણું બાધવાની જે હોંશ અમને દંપતીને હતી તે ધૂળમાં મળી ગઇ. અમારા શોકનો પાર ન રહ્યો.

મારા મનમાં એક વિચાર ઝળક્યો. મારું જે અનિષ્ટ થયું છે તેવું બીજા કોઇનું ન થાય અને આપણા દોષોને એ શાસ્ત્રનું જ્ઞાન મળે તે માટે પ્રસૂતિને અંગેનું એક પુસ્તક લખવાનો મેં નિશ્ચય કર્યો.

એ બાદ કારણવશાત એક ગૃહસ્થને ત્યાં મારે જવાનું થયું. વાતમાં વાત નીકળતાં મેં તેમને પુસ્તક રચવા વિષેનો મારો ધરાદો જણાવ્યો. મારી વાત સાંભળતાં જ તેઓ ઉત્સાહમાં આવી ગયા અને તેમણે મારા એ વિચારને વધાવી લીધો. તેમણે કહ્યું :— ‘તમારો આ વિચાર ઉત્તમ છે. આપણા દેશની બહેનોને એનાથી જરૂર લાભ થશે. ગર્ભવતી સ્ત્રીને કેવી રીતે રાખવી જરૂરની છે, પ્રસવને સમયે શું શું કરવું બેઠએ કે જેથી પ્રસૂતા કષ્ટાય નહિ અને તેની સુવાવડ સરળ બને,

છોકરું આવ્યા પછી તેને કેવા નિયમથી રાખવું બેઠકો. તેની માવજત વગેરે બધું બે સરળ ભાષામાં તમે લખશો તો દેશને અત્યંત ફાયદો થશે એ નક્કી જ છે. સ્ત્રીઓ એ પુસ્તક વાંચી પોતાની મેળે જ દાયણું કામ કરી શકશે.’

તેમની આ સચનાઓ મારા મનમાં વધુ ઉત્સાહ પૂર્યો. મેં એ કામ ઉપાડી લીધું. પુસ્તક એકવાર વાંચતાં જ યાદ રહી જાય તે માટે તેને સરળ રીતે અને વાતચીતના રૂપમાં જ લખવાનું નક્કી કર્યું.

અનુભવી દાયણનાં અભાવને લઈને તથા આ વિષયની આપણી બહેનોની અજ્ઞાનતાને લીધે અને પુરુષોની આ વિષય પરત્વેની બિનકાળજીને અંગે આપણી પ્રસૂતિઓને તરેહ-વાર વેદના ભોગવવી પડે છે-તે રીતાય છે-કપ્તાય છે અને ઘણીવાર તો મરણને શરણ પાળુ થઈ જાય છે. એટલે સ્ત્રીઓ પોતે જ બે આ શીખી જાય તો તેઓ પોતાનું જ જીવન નહિ પણ બીજાઓનું જીવન પણ સુધારી શકે. સ્ત્રીઓ પોતે જ દાયણ બને એ આ પુસ્તકનો હેતુ છે, અને એ સાર્થક થશે તો હું મારો શ્રમ સફળ થયો માનીશ.

એક અનુભવી ડૉક્ટર



## એક અભિપ્રાય

અંશકર્તાએ આ પુસ્તકની રચના કરી એક પરોપકારી કામ કર્યું છે. તેમનું પ્રસ્તુત પુસ્તક કે જેમાં તેમણે ગર્ભવતી સ્ત્રીની માવજતથી માંડીને એ બધા વિષયની ચિકિત્સા-ઔષધાદિનો ઉપયોગ તથા એને લગતી માહિતીઓની સમજા સ્ત્રીવી તે સરળ રીતે અને વળી વાતચીતના રૂપમાં આપી છે કે જેથી ભણેલી કે ન ભણેલી સ્ત્રીઓ એનું પદ્ધતિસરનું જ્ઞાન મેળવ્યા વગર પણ તે સમજી શકે. એવી કામ પણ વાત નથી કે જે સામાન્ય વગર ભણેલી સ્ત્રીથી સમજી ન શકાય. સમજવાને માટે મુશ્કેલ હોય તેવા ચિકિત્સા શાસ્ત્રને લખતાં ગ્રંથોને આવા સ્પષ્ટ છુલાસા સહિત, સરળ અને દસ્તી બધા તેવી શૈલીએ લખવાની જેનામાં આવડત હોય તે જરૂર એ વિષયમાં કુશળ અને કાબેલ હોય એ સમજી શકાય તેવું છે. અંશકર્તા ડૉક્ટર એક પ્રસિદ્ધ ચિકિત્સક અને પ્રવિણ વૈદરાજ છે. એટલે જ તેઓ આ પુસ્તકને ખૂબીપૂર્વક રજૂ કરી શક્યા છે.

બાળક ગર્ભમાં હોય ત્યારે અને જન્મ્યા પછી બાળકનું લાલન પાલન કેવી રીતે થવું જોઈએ તે આ પુસ્તકમાં સરસ રીતે સમજાવવામાં આવ્યું છે. નિયમ મુજબ લાલન પાલન ન થયાથી ઘણાં બાળકોનાં શરીર દુર્બળ અને રોગિષ્ઠ થઈ જાય છે એ બહાર વાત છે. આ મહાઅનિષ્ટનો અટકાવ આ પુસ્તકમાં દર્શાવેલા નિયમોનું પાલન કર્યાથી થઈ શકે તેમ છે. જેમ પંચાંગ દરેક ઘરમાં હોય છે, દરેકને તેની જરૂર જણાય છે તેવીજ રીતે આ પુસ્તકને પણ દરેક ઘરમાં રાખવાની પ્રથમ જરૂર છે એમ મારું માનવું છે.



## અનુક્રમ

### પહેલું પારણું ભાગ ૧ લો

વિષય	પાન	નંબર
૧	બાળાનો ખુંદનાર ... ..	૧૧
૨	બાળક : ચૈતન્યના કુવારા ... ..	૧૨
૩	આજનો બાળક આવતી કાલની પેઢીનો પિતા	૧૩
૪	પ્રભુના પયગમ્બર ... ..	૯
૫	પ્રસૂતિ પૂર્વે ને પછી ... ..	૧૬
૬	જન્મ નેધિ ... ..	૧૯
૭	જન્મ સ્થળ ... ..	૨૦
૮	બાળકોનો ફોટો ચીટકાવવા માટે માઉન્ટ ...	૨૧
૯	પંચાગના પ્રતિકો ... ..	૨૨
૧૦	રાશિ ચક્રો ... ..	૨૪
૧૧	નામકરણ વિધિ ... ..	૨૫
૧૨	બાળકના પાડવાનાં નામોની કક્કા વારી: એક હજાર નામોની યાદી ૨૬ ૨૭ ૨૮ ૨૯ ૩૦ ૩૧ ૩૨ ૩૩ ૩૪ ૩૫	
૧૩	બાળકના પ્રતિક ... ..	૩૬
૧૪	સ્તનપાનના ચાર ચિત્રો ... ..	૩૭
૧૫	સ્તનપાન ... ..	૩૮
૧૬	આંખ અને બીજા ભાગો ... ..	૪૮
૧૭	મોની સંભાળ ... ..	૪૯
૧૮	દાંત ... ..	૪૯
૧૯	દાંતની સંભાળ ... ..	૫૦
૨૦	દૂધિયા અને હાશિયા (કાયમના) દાંત ...	૫૧

૨૧	દ્વિધ્યા દાંતનો વિસ્તાર	...	...	૫૪
૨૨	ત્રિધ્યા દાંતનો વિસ્તાર	...	...	૫૫
૨૩	બાળકના દાંત વિષે નોંધ	...	...	૫૬
૨૪	બાળકના હાથ પગ પંખની આકૃતિ	...	...	૫૭
૨૫	પહેલું પગથિયું	...	...	૫૮
૨૬	સ્નાન અને ત્યાર પછી	...	...	૫૮
૨૭	બાળકના કપડાં	...	...	૬૧
૨૮	બાળકની સુવાની જગા	...	...	૬૨
૨૯	બાળકને ધાવણનો સમય	...	...	૬૩
૩૦	બાળકને સુવરાવતી વખતે લેવાની કાળજી...	...	...	૬૪
૩૧	બોરાકની માવજત	...	...	૬૫
૩૨	બાળકનું વજન ને ઉંચાઈ	...	...	૬૭
૩૩	બાળકની પૂંઠે પૂંઠે	...	...	૬૯
૩૪	બાળ મુંડન	...	...	૭૪
૩૫	શાળામાં જવાનો વિધિ	...	...	૭૪
૩૬	બ્રહ્મસંબંધ	...	...	૭૫
૩૭	ઉપનયન સંસ્કાર	...	...	૭૫
૩૮	જુદાજુદા વિધિ પ્રસંગે હાજર રહેલા વડીલો અને સ્વજનો	...	...	૭૬
૩૯	જુદેજુદે પ્રસંગે મળેલી ભેટો	...	...	૭૬
૪૦	દૂધની માવજત	...	...	૭૭
૪૧	બાળકનું પહેલું સ્તિમત	...	...	૮૦
૪૨	બાળકની પહેલી પા-પા પગલી	...	...	૮૦
૪૩	બાળકના પ્રથમ શબ્દોચ્ચાર	...	...	૮૧
૪૪	બાળકની કાલી બોલી	...	...	૮૧
૪૫	શારિરીક અવસ્થા	...	...	૮૨

૪૬	બાળકની માદગી ને અકસ્માત વિગેરેની ઉમરવાર નોંધ ... ..	૮૫
૪૭	માદગી કે અકસ્માત વેળા હાજર રહેલા ડોક્ટર યા વૈદનું નામ ... ..	૮૬
૪૮	શિક્ષણનો પ્રશ્નાર્થ ... ..	૮૭
૪૯	હાલરડા ... ..	૯૧
૫૦	માનો સાદ ... ..	૯૬
૫૧	બાળકનો મોટી ઉમરનો ફોટો ચીટકાવવા માઉન્ટ ... ..	૧૦૦
૫૨	બાળકના નાના મોટા પ્રવાસની નોંધ ... ..	૧૦૧
૫૩	આપણા મહાન આદર્શ ... ..	૧૦૨
૫૪	બાળકને જન્મ દિવસે મળેલી વધુ લેટ સોગાદોની યાદીનું પાનું ... ..	૧૦૮
૫૫	પવિત્રતા ને ગૌરવ ... ..	૧૦૯
૫૬	કળવણી ... ..	૧૧૩
૫૭	બાળકની વિશિષ્ટતાઓ ... ..	૧૨૦



## પહેલું પાઠ્યુ બાગ ૨ ને

### પ્રકરણ ૧ થું

૫૮ સગર્ભા સ્ત્રીની માવજત કેવી રીતે હોવી જોઈએ ? ૧

### પ્રકરણ ૨ થું

૫૯ દાયણુની જરૂર ... .. ૩૭

### પ્રકરણ ૩ થું

૬૦ સુવાચવડી સ્ત્રીનો ઓરડો કેવો હોવો જોઈએ ? ૪૨

### પ્રકરણ ૪ થું

૬૧ ગર્ભિણી સ્ત્રી અને તેના પેટમાંનું બાળક ... ૮૦



પ્રકરણ ૫ અં

૬૨ પ્રસવની ત્રણ અવસ્થા ... ૧૦૦

પ્રકરણ ૬ અં

૬૩ પ્રસવની પહેલી અવસ્થા ... ૧૧૦

પ્રકરણ ૭ અં

૬૪ પ્રસવની બીજી અવસ્થા ... ૧૧૨

પ્રકરણ ૮ અં

૬૫ પ્રસવની ત્રીજી અવસ્થા ... ૧૫૨

પ્રકરણ ૯ અં

૬૬ બચ્ચાની માવજત કેવી રીતે કરશે ? ... ૧૬૫

પ્રકરણ ૧૦ અં

૬૭ બાળકને થતા રોગો તથા તેના પ્રાથમિક લક્ષણો ૨૨૭

પ્રકરણ ૧૧ અં

૬૮ બાળકોના રોગો માટેના ઔષધો ( ૧ ) ... ૨૪૫

પ્રકરણ ૧૨ અં

૬૯ બાળકોના ઔષધો ( ૨ ) ... ૨૭૪

પ્રકરણ ૧૩ અં

૭૦ બાળકોના ઔષધો ( ૩ ) ... ૨૭૮



પહેલું પારણું ભાગ ૧ લો



માતાની નિત્યસંગાથી નાંધપોથી



જોખાનો ખૂંદનાર દો ને રત્નાદે !

વાંજિયા મહેણાં તે માડી દોહણાં;

ખગલીનો પાહનાર દો ને રત્નાદે !

વાંજિયા મહેણાં તે માડી દોહણાં.



મધુકર રાંદેરિયા એમ. એ.

મુખર્જી

જન્મતનો સર્વોત્તમ ઉપહાર કોટલે

તન્દુરસ્ત જ્ઞાનંદી બાબક

## બાળકઃ ચૈતન્યના ફૂવારા



પ્રભુહીન માનવપુરીમાં,  
અમૃતપુરીથી ઊતરેલા ॥  
બાળક છે પ્રભુના ફિરસ્તા. ॥  
બાળક ચૈતન્યના ફૂવારા છે. ॥  
જ લ ભા રે ઢળતી ॥  
આષાઢની વાદળી છે. ॥  
માનવજાતનો અમૂલ્ય  
કોષ છે.  
પ્રેરણા છે, પ્રકાશ છે,  
પ્રેમ છે.

ધરધરના અમૃત દીવડા છે.  
સ્વર્ગ એ કલ્પના છે.  
બાળકોથી કિલ્લોલતાં ધર  
પૃથ્વી પરનાં સાર્યાં સ્વર્ગ છે.





# આ જ નો બાળકઃ આવતીકાલની પેઢી- આનો પિતાઃ



યૌવનકાલના દાપત્યપ્રેમનું સંભારણું એટલે બાળક.

જીવનના ફૂલબાગનો સૌથી સોહામણો રોપઃ બાળક.

બાળકઃ વાંઝિયામહેણું ટાળનાર પ્રભુ પ્રસાદી.

ખોળાના ખૂદનારની ઝંખના કઈ સ્ત્રીને નથી થઈ?

સ્ત્રીત્વની પરમ સાધના માતૃત્વની પ્રાપ્તિમાં છે.

‘એ ગૃહ નથી પણ સ્વર્ગ’ છે, જ્યાં બાલકો કલરવ કરે.

આવતીકાલનાં બાળકો એટલે મનુકુલની અમર આશા.

‘મા’ એ એકાક્ષરી શબ્દ જગતનો શાંતિમંત્ર છે.

આજનો બાળક આવતીકાલની પેઢીઆનો પિતા છે.

પત્ની એકતારો છે, પતિ નખલી છે, બાળક મધુર ગીત છે.

\*

ધરિત્રીની જડતામાં ચેતનની સરવાણી એટલે બાળક.

\*

બાળકના સ્મિતમાં ગુલાબ મોગરાની સુગંધ ભરી છે.

\*

બાળકની બોલીમાં ઝરણાંનો કલરવ ભર્યો છે.

\*

બાળક એટલે સુંદરતાનું પ્રતીક, ને નિત્ય આનંદ.

\*

માતાનો આદર્શ છે ભરતની 'શકુંતલા' લવકુશની સીતા,

\*

રત્નાદે પાસે બાળક યાચતી સ્ત્રી જીવંત કરુણા છે.

\*

પતિપત્ની વચ્ચે પ્રેમ અને શ્રદ્ધા, સંસારનો પાયો છે.

\*

બાળકના શરીરની ધૂળથી મલિન થનાર જ ધન્ય છે.

\*

સો મૂર્ખ પુત્રો કરતાં એક ગુણવાન પુત્ર વધુ સારો.

\*

યત્ર નાર્યસ્તુ પૂજયન્તે રમન્તે તત્ર દેવતાઃ

\*

એક સુલક્ષણી માતા સો શિક્ષકની ગરજ સારે છે.

\*

બાળક એટલે માનવતાને સંજીવની છાંટતો અમૃત ઝરો.

\*

શરીર સમર્પી શરીર સર્જનારી મા બવ્ય સર્જનહારી છે.

\*

જગતે નિર્દોષતાને ફૂલમાં ને બાળકમાં સંઘરી છે.

\*

કૃષ્ણ માટે વલવલતી જશોદા માતૃત્વનો આદર્શ છે.

\*

જ્યાં પતિપત્ની વચ્ચે એકરાગ નથી ત્યાં બાળક  
ઉપાધિ છે

\*

માતાનો ધર્મ છે: આદર્શ બાળકમાંથી આદર્શ  
મનુષ્ય ઘડવાનો.

\*

બાળકનો મહિમા મહાન છે; માતાનો એથી થે  
મહાન છે.

\*

પરમાત્માનું સુંદર સ્વરૂપ બાળકની બોલીમાં  
વસેલું છે.

\*

ધ્રુવ પ્રહ્લાદ જેવાં બાળકો અવતારવાનું ભાગ્ય  
આનું છે.

\*

માતાના અંગમાંથી ઉદ્ભવતો પુત્ર, પુત્રરૂપે માતા-  
નું જ રૂપ છે.

\*

સ્ત્રી વિનાનો પુરુષ, પુરુષ વિનાની સ્ત્રી એ  
અડધિયાં છે.

\*

પતીપત્નીના હૃદયની એકતામાંથી બાળકની આનંદ-  
ગ્રંથી બંધાય છે.

\*

સારી રીતે જન્મવું એ માણસજાતનું સૌથી મોટું  
સુખ છે.

\*

મહાન મનુષ્યોનાં જીવનની પ્રેરણા એમની માતા  
હોય છે.

\*

આદમ ને ઈવની ભૂલમાંથી જગતનું કલ્યાણ કેમ  
ન થાય ?

\*

સુંદર બાળકને માટે સ્વચ્છ સમૃદ્ધ ખરીદનાર કોઈ  
અભાગી હશે ?

\*

પગલીનો પાડનાર દો ને રત્નાદે, વાંઝિયા મહેણું  
માડી દોલ્લો.

\*



# પ્રેમના પયગામ્બર

આજનું બાલક એ આવતી કાલની પ્રજા છે. દરેક બાલક ભવિષ્યનો નાગરિક છે. આખા રાષ્ટ્રના ઘડતરની જવાબદારી એક દિવસ એને માથે આવવાની હોય છે. એક મહાન અંગ્રેજી કવિએ કહ્યું છે કે આજનો બાલક આવતી કાલનો પ્રજાસર્જક છે. એટલે જ બાલકના પોતાના સમગ્ર ઘડતર તરફ એના માબાપે એના જન્મથી જ એના પર પૂરતું લક્ષ આપવું જોઈએ. એના શારીરિક અને માનસિક વિકાસ અંગે યોગ્ય સંભાળ લેવી જોઈએ; કારણ કે બાલક એ માતા-પિતાના પ્રેમનું પ્રતીક છે, અમૂલ્ય ઝવેરાત છે; એમનાં સુખની અને જગતના ભાવિ કલ્યાણની અતૂટ સાંકળ છે. પતિ અને પત્નીના દામ્પત્યને અજવાળનાર બાલક અમૃતમય દીપક છે; અને તેથી જ માબાપનો સંતાન તરફના પ્યારનો અને વાતસલ્યનો ભાવ સદાય અખંડ રહે છે. કોઈ માતા



કે કોઈ પિતા કદી પોતાના બાલક પ્રત્યે સ્નેહ દર્શાવતાં ચાકતો નથી કે કંટાળતો નથી; એ તો બાલકને સદાય વહાલ કરવામાં જ પોતાના જીવનનો આનંદ ને સાર્થકતા સમજે છે.

પરંતુ આવા બાલકની માવજત અને ઉછેરનો પ્રશ્ન તેથી જ વધુ ગંભીર છે. એ વસ્તુ તરફ કોઈ પણ માબાપ કદી પણ દુર્લક્ષ કરી શકે નહિ કે બેદરકાર રહી શકે નહિ. અને છતાં આપણે જોઈએ છીએ કે બધાં માબાપો આ વસ્તુ પૂરેપૂરી સમજતાં નથી કે પૂરેપૂરી પોતાના આચરણમાં મૂકતાં નથી.

બાલકતા જીવનનાં પહેલાં સાત વર્ષોમાં એના ઉછેર તરફ, એની માવજત તરફ ખૂબ કાળજી-ભર્યું ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. એના દરેક કાર્ય તરફ ને એના ઘડતર તરફ સતત જગૃત રહેવું જોઈએ. બાળકોનું ભવિષ્ય માતાએના હાથમાં છે; એને અંગેની જવાબદારી અને શક્યતાઓ એમણે સંપૂર્ણપણે સમજવી જોઈએ. પિતાએ, માતાના આ મહાન અને દુષ્કર કાર્યમાં સહાય અને સગવડ આપવાં જોઈએ. કારણ કે આ કાર્ય એ બેઠિનાં સતત વહાલ અને આત્મભોગ સિવાય શક્ય નથી;

અને એ રસપૂર્વક અને લાગણીપૂર્વક કરવામાં આવે તો જ યોગ્ય સફળતા સાંપડે છે. એ પ્રયત્નોમાં એમણે એમના વહાલ ઉપરાંત બુદ્ધિ, શક્તિ અને સમયનો પણ વિનિયોગ કરવાનો હોય છે આમ બાલકને ઘડવાનું, બાલકને માનવી બનાવવાનું કાર્ય ધારીએ તેટલું સરળ નથી; માનીએ તેટલું સહેલું નથી. દરેક બાલકનો ઉછેર અને માવજત યોગ્ય રીતે કરવામાં આવે તે દરેક માબાપની ફરજ છે. તે માટે તેમણે સંપૂર્ણ તકેદાર રહેવું જોઈએ. તેમણે, બાળઉછેરને અંગે જરા પણ અજ્ઞાન કે આળસ સેવવાં પાલવે નહિ. દરેક બાળકનો પણ પોતાના માબાપ પાસે યોગ્ય ઉછેર માટેનો જન્મસિદ્ધ હક્ક હોય છે, અને એ હક્ક પરિપૂર્ણ કરવા દરેક માબાપે હમેશાં તત્પર રહેવું જોઈએ. એ તત્પરતા બાળઉછેરનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન સ્વાભાવિક રીતે જ જરૂરી બનાવે છે; એટલે કોઈ પણ દમ્પતી જ્યારે માતાપિતા બને ત્યારે બાલકનો ઉછેર કેમ કરવો ઘટે તેની માવજત ને તેનો વિકાસ કેમ થઈ શકે, કેમ થવો જોઈએ તે બાબતની સર્વ શક્યતાઓ વિચારી રાખે એ જરૂરી છે—આજે અને સદાકાળને માટે.

બાલકના જીવનની શરૂઆતમાં એના પર જે જે સંસ્કારો પડે છે તે તેના જીવનના અંત પર્યન્ત કાયમ રહે છે. નાની વયમાં રોપેલાં બીજો જીવનની પાછલી અવસ્થામાં પણ જીવંત જ હોય છે. એક કહેવત છે કે કુમળા છોડને જેમ વાળીએ તેમ વળે; તે મુજબ નાના બાળકને જે રીતે ઘડવા ઇચ્છીએ તે રીતે તેને ઘડી શકાય. તેનામાં જેવા સંસ્કારો, જેવી ટેવો ને જેવી વિશિષ્ટતાઓ વિકસાવવી હોય તે નાનપણથી જ તેના મન પર, તેના હૃદય પર, તેના મગજ પર, તે વિષેની યોગ્ય છાયા પાડીને વિકસાવી શકાય. આ કાર્ય સરળ નથી. નાના બાલકોને ઉછેરવા માટે ગમે તેને ગમે તેમ સોંપી દેવામાં આથી જ જોખમ છે. સંસ્થાઓ કે આયાઓ કે એવા બાલ ઉછેરના કોઈ માર્ગનો આશરો ન લેતાં માખાપ પોતે જ પોતાના બાલકની સંભાળ લે તેમની પોતાની ઇચ્છા અનુસાર જ તેનો ઉછેર ને માવજત કરે તેમાં જ માખાપની શોભા છે. બાલક પ્રત્યેના તેમના કર્તવ્યની સિદ્ધિ છે, તેમની સાચા માનવ તરીકેની ફરજની સફળતા છે.

હિન્દુ સંસારમાં લગ્નનો પ્રથમ આદર્શ એ છે કે દમ્પતી વડે સમર્થ પ્રજનનું સર્જન થાય.

આપણી સ્મૃતિઓ, બ્રાહ્મણો, સૂત્રો વગેરે અનેક સ્થળે આ વસ્તુ પર ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે એટલે આવા ધર્મકાર્યમાં સાથે જોડાનાર જે વિજ્ઞાતીય વ્યક્તિઓએ પોતાના શરીર, મન, હૃદય અને સમગ્ર ચિત્તંત્રની એકતા સાધી લેવી જોઈએ. જેટલાં એમનાં શરીર તીરોગી હશે તેટલી તેમની પ્રજા વીર્યવંતી બનશે. જેટલાં એમનાં હૃદય ને મન વિશુદ્ધ હશે એટલી એમની ભાવિ પ્રજા ભાવનાશીલ, આદર્શ અને સત્વશાલી નીવડશે. જ્યાં આ વસ્તુઓનો મેળ નહિ મળતો હોય ત્યાં લગ્નજીવન એ માત્ર વિડંબના છે, ઢોંગ છે; એ સાંસારિક વ્યવહાર માત્ર છે, એવા જીવનમાં માતા બનતી સ્ત્રીની વેદના અને આત્મભોગ અર્થહીન છે, નિષ્ફળ છે, અને એ રીતે જન્મેલો બાળક માખાપને અને રાષ્ટ્રને ભારૂપ છે. રાષ્ટ્રની ચડતી કે પડતીનો આધાર એનાં બાલકોની શારીરિક અને માનસિક સ્થિતિ પર અવલંબે છે. આ બાલકોનો ઉછેર લાંબા સમય સુધી ચાલે છે. યુવાન વયે પહોંચતા સુધીનો સમય એમના સંપૂર્ણ વિકાસને અંગે જરૂરી થઈ પડે છે. આ સમયમાં એમના ઘડતરની યોગ્ય સંભાળ લેવાવી જ જોઈએ.

સ્ત્રીને પાકશાસ્ત્રની ભરતગૂંથણ કે સીવણની કે ધરકામનાં જ્ઞાનની જેટલી આવશ્યકતા છે તેથી વિશેષ આવશ્યકતા બાળક અંગેના સંપૂર્ણ જ્ઞાનની છે. કેટલીક માતાઓ આ જ્ઞાન મેળવવાનું કુદરત પર છોડી મૂકે છે; અને પરિણામે પાછળથી આવા અજ્ઞાનને લીધે પોતાને, પોતાના બાળકોને અને આખી પ્રજાને સહન કરવું પડે છે. અનુભવો થવાથી શીખવું, એ અનુભવો મળે તે માટે સહન કરવું, તેના કરતાં પ્રથમથી જ તેને અંગેનું જ્ઞાન મેળવી લેવું વધુ હિતકારક છે. સ્ત્રીઓએ ‘માતા’ શબ્દનો સંપૂર્ણ અર્થ સમજી લેવો જોઈએ. માતાની જવાબદારી બાળકના ચારિત્રના અને શરીરના ઘડતરની શક્યતાઓ અને આ ઉપરાંત બાલકને અંગેની નાનીમોટી દરેક વિગતોનો પૂર્ણ અભ્યાસ કરી લેવો જરૂરી છે. બાલકમાં પ્રવેશ થતી અનેક ખોડખાપણોની જવાબદારી માતાની જ છે. પોતે સહીને પણ પોતાના બાલકના સુખ માટે કંઈ કરી જવામાં માતાનું સુખ અને સંતોષ છે.

માતાએ બાલકોને એ રીતે ઘડવાં જોઈએ કે જેથી માતાને એના અંત સમયે પણ પોતાના બાલકોનું કંઈ પણ કરવામાં પોતે અપૂર્ણતા રાખી

છે કે બેદરકારી સેવી છે, પોતાનું કર્તવ્ય બજાવવામાં ઉણપ રાખી છે કે પોતે પોતાનો ધર્મ નથી પાળ્યો એવો અસંતોષ ન રહે.



સ્રી હવનની ચરમ અને પરમ સાર્થકતા આદર્શ પત્ની અને આદર્શ માતા થવામાં સમાયેલી છે.



આપણે સમૃદ્ધ પ્રજા ઘડવા માગતા હોઈએ .  
તો આપણે બાળકના જન્મ અને તે પૂર્વેના  
સમયે અને બાલકના શરૂઆતના વર્ષોમાં બહુ જ  
ઝીણવટભર્યું ને કાળજીભર્યું જીવન જીવવું જોઈએ  
અને દરેક બાબતમાં પૂરતી સાવધાની ને તકેદારી  
રાખવી જોઈએ. દરેક માતાએ પોતાની જવાબદારી  
તેમજ ફરજ પૂર્ણપણે જાણી લેવી જોઈએ. માતા  
થનાર સ્ત્રીમાં બુદ્ધિશક્તિ, શારીરિક તંદુરસ્તી અને  
સહનશક્તિ પૂર્ણરીતે ખીણેલાં હોવાં જોઈએ.

સામાન્ય રીતે બાલકના જન્મ પહેલાં માતાના  
મનમાં બાલકના જ વિચારો ધૂમી રહ્યા હોય છે.  
તેના મનની દરેક ક્રિયાપ્રક્રિયા તે વિચારોને ને  
તરંગોને અવલંબીને જ થતી હોય છે. દરેક  
આદર્શ માતાએ પોતાને કેવાં બાળક જોઈએ  
છે અને તે પોતે કેવો બાળક ધર્યો છે તેનું તેના  
મનમાં સંપૂર્ણ નિરાકરણ થઈ જવું જોઈએ  
ને તેને અંગેના સ્પષ્ટ અને સ્થિર વિચારો  
રમી રહેવા જોઈએ. જાણતાં કે અજાણતાં જન્મનાર

ખાળક ઉપર માતાના આ સમયના વિચારોના સંસ્કાર પડ્યા વિના રહેતા નથી. એટલા જ માટે હિન્દુ શાસ્ત્રમાં ગર્ભાધાનના અને પ્રસૂતિ સમયના વિધિનું આવું મંગલ કલ્યાણભર્યું મહત્વ સ્વીકારાયું છે. પ્રસૂતા સ્ત્રીને, તેના મનને ઉત્તેજે કે તેની વૃત્તિઓ માટે વિઘાતક નીવડે એવા વાતાવરણથી દૂર રાખવી જોઈએ અને એના ચિત્ત ઉપર માત્ર સુંદરતાની, પવિત્રતાની ને કલ્યાણ મયતાની જ છાયા પડે એવું વાતાવરણ રચવું જોઈએ. જે ચોરડામાં તેને રાખેલી હોય તેની દીવાલો પર વાતાવરણને ઉન્નત ને પ્રભાભર્યું કરતાં ચિત્રો અને એવી ખીજ કલાકૃતિઓ, શણગારરૂપે રહેવી જોઈએ. ઉપરાંત કોઈ સુંદર ચહેરાઓનું એ ધ્યાન ધરે, પવિત્ર વિચારોથી મનને ભરી દે, અને પોતે જગતને કંઈક અદ્ભુત આપવાની છે એ જાતના ગૌરવની ને આનંદની લાગણી અનુભવે એ પણ માતા થનારી સ્ત્રી માટે જરૂરી છે. મહાત્મા ગાંધીજી, પંડીત જવાહરલાલ નહેરૂ અને સુભાષચંદ્ર બોઝ જેવા હિંદ માતાના લાડીલા બેટાઓ પણ મહારા જેવીજ જનનીના ઉદરથી જન્મ્યા છે તેવો ખ્યાલ ધરવો જોઈએ અને વિરૂપ દ્રશ્યો, જાહેર ખબરનાં

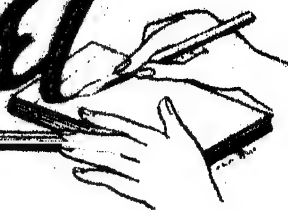


પાટિયાંઓ, અર્થહીન ચિત્રો, ઉત્તેજક ચલચિત્રો, અધમ પ્રકારનું સાહિત્ય અને વિચારોથી માતાએ દૂર રહેવું જોઈએ. એના પતિએ આ કાર્યમાં એને સહાયરૂપ થવું જોઈએ. આ ઉપરાંત પ્રસૂતા સ્ત્રીએ ગર્ભમાંના બાળકના રક્ષણ માટે માનસિક ઉત્તેજન થાય કે આંચકો લાગે તેવા પ્રસંગો કે વાતોથી દૂર રહેવું જોઈએ. વજનદાર વસ્તુઓ ન ઊંચકવી જોઈએ. કૂદકા ન મારવા જોઈએ. ઊંચાનીચા થતા વાહનોમાં મુસાફરી ન કરવી જોઈએ. વધુ પડતી કસરત અને ખૂબ ચાલ્યા કરવાની પ્રવૃત્તિથી દૂર રહેવું જોઈએ. વસ્ત્રો પહેરવા બાબતમાં અને ઘર-કામકાજમાં પણ પૂરતી સંભાળ લેવી જોઈએ ને પોતાની સગવડ સચવાય તે પ્રમાણે કરવું જોઈએ. વાળી આ ગર્ભવતી સ્ત્રીએ પોતાના ખોરાકની બાબતમાં પણ ધ્યાન આપવું જોઈએ. એણે પાકું, રાંધેલું મીઠાવાળું ધાન્ય ખાવું જોઈએ. ફળફળાદિ પણ ઠીક પ્રમાણમાં લેવાથી ફાયદો થાય છે. ચોખ્ખું પાણી પીવામાં પણ કાળજી રાખવી જોઈએ.

પ્રસૂતિના સમયે ચોરડાને વાળી કૂડીને ખરાબર સાફ રાખવો જોઈએ, અને આ પ્રસંગ પૂરતી જે જે સામગ્રીની, વસ્તુઓની જરૂરત હોય તે પણ સર્વ તૈયાર ને હાજર રાખવી જોઈએ.



# જન્મ જોઈંધ



નામ .....

## જન્મ તારીખ

વર્ષ	માસ	તારીખ કે તિથિ :	દિવસ
અંગ્રેજી			
હિંદી			

## જન્મનો સમય

સવારે..... બપોરે..... સાંજે..... રાતે.....

બાલકના જન્મ સમયે ડાજર રહેનાર ડૉક્ટરનું નામ,  
સરનામું અને સહી

.....

.....

બાલકના જન્મ સમયે ફરજ બજાવનાર નર્સનું નામ,  
સરનામું અને સહી

.....

.....

બાળક એટલે પૂર્વાજ અને વંશજને જોડતો સળંગ પૃથ્થ



પિતાનું નામ

માતાનું નામ

પિતાનો ધંધો

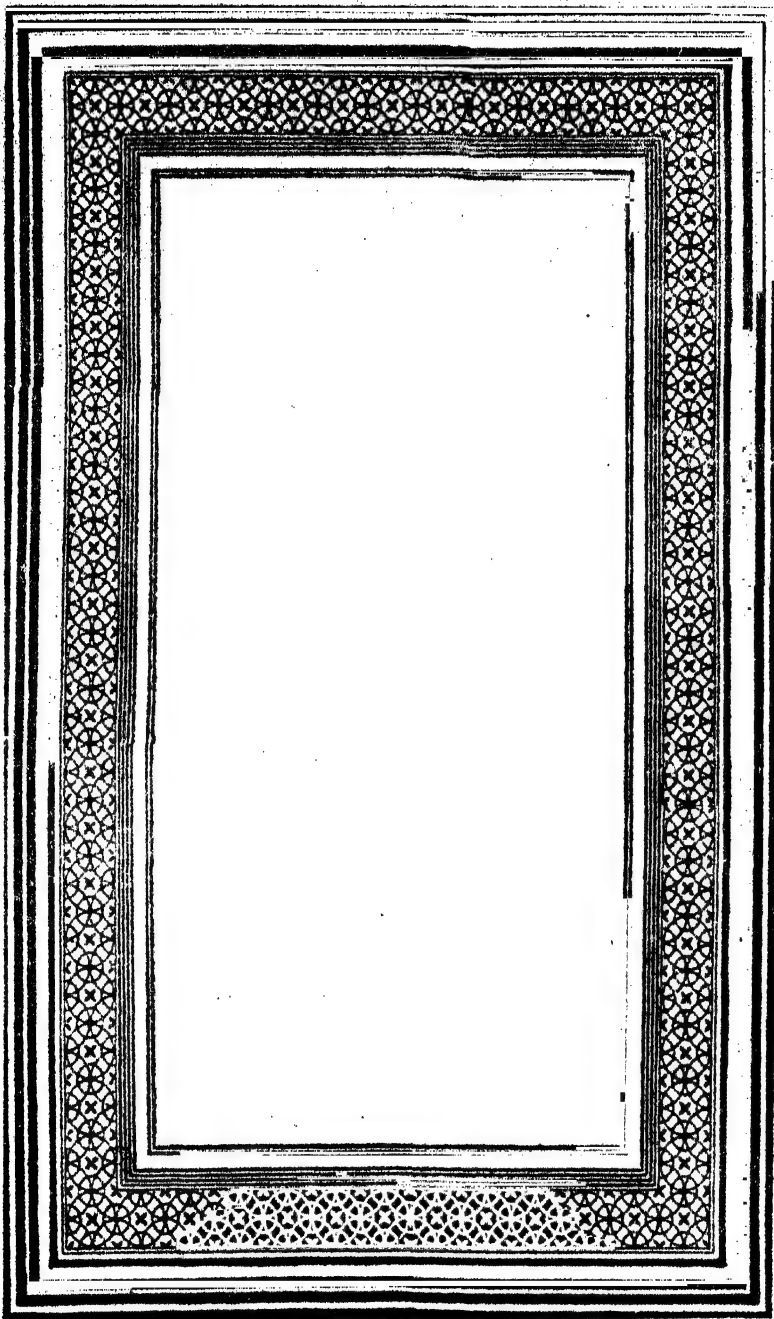
પિતાનું જન્મ સ્થળ

માતાનું જન્મ સ્થળ

લગ્ન પૂર્વે માતાનું નામ

માતા પિતાની લગ્ન તિથિ

પતિ અને પત્નીના હાસ્તપત્યને અજ્ઞવાળનાર બાળક  
અમૃતમય દીપક છે.



ઉંમર વર્ષ : ..... ફોટો ચડાવ્યાની તારીખ.....

અહીં તમારા બાળકનો ફોટો ચીટકાવો

# પંચાંગ પ્રતિષ્ઠા



## બા-યુઆરી

ગુણવિશેષ : વફાદારી અને સ્થિરતા  
રંગ : કાળો અને ઘેરો ભૂરો

## ફેબ્રુઆરી

ગુણવિશેષ : સત્તિષ્ઠા  
રંગ : આછો ભૂરો અને પીળો

## માર્ચ

ગુણવિશેષ : હિંમત અને સમયસૂચકતા  
રંગ : સફેદ

## એપ્રિલ

ગુણવિશેષ : નિર્દોષતા  
રંગ : પીળો અને રાતો

## મે

ગુણવિશેષ : પ્રેમમાં સફળતા  
રંગ : પીળો અને રાતો

## જૂન

ગુણવિશેષ : સ્વાસ્થ્ય અને લાંબું જીવન  
રંગ : આછો ભૂરો અને સફેદ

બુલાધ

ગુણવિશેષ : સંતોષ  
રંગ : લીલો અને રાતોભૂરો

ઑગસ્ત

ગુણવિશેષ : લગ્નજીવનમાં આનંદ  
રંગ : નારંગી અને રાતો

સપ્તમ્બર

ગુણવિશેષ : ચિત્તાની સમતુલા  
રંગ : ભૂરી ટપકિયાળો તપકીરિયા

ઐક્ટોબર

ગુણવિશેષ : આશા  
રંગ : સફેદ અને પીળો

નવેમ્બર

ગુણવિશેષ : પડતારી  
રંગ : ઘેરો ભૂરો અને રાતો

ડિસેમ્બર

ગુણવિશેષ : અસાદ  
રંગ : લીલો અને લીલો



<u>રાશિ</u>	<u>અંગ્રેજી નામ</u>	<u>નામાક્ષરો</u>
મેષ	(Aries)	અ, લ, ઈ,
વૃષભ	(Taurus)	બ, વ, ઉ,
મિથુન	(Gemini)	ક, છ, ધ,
કર્ક	(Cancer)	ડ, હ,
સિંહ	(Leo)	મ, ટ,
કન્યા	(Virgo)	પ, ઠ, ણ,
તુલા	(Libra)	ર, ત,
વૃશ્ચિક	(Scorpio)	ન, ય,
ધન	(Sagit-tarius)	ભ, ધ, ફ, બ,
મકર	(Capri-corn)	ખ, જ
કુંભ	(Aquarius)	ગ, સ,
મીન	(Pisces)	દ, ચ, ઝ, થ,





આપણા શાસ્ત્ર પ્રમાણે, બાળક જન્મતાં, તેનું નામ પાડવાનો, ખાસ નામકરણવિધિ થોજવામાં આવે છે. આ વિધિનું મહત્ત્વ પણ ધણું છે. નામ પાડવાનો એવો નિયમ છે કે જે વખતે બાળકનો જન્મ હોય, તે વખતે જે રાશિમાં ચન્દ્ર હોય તે રાશિના અક્ષરો પરથી નામ પાડવું એને જ જન્મરાશિ કહે છે. દરેક રાશિના, ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે નામાક્ષરો પણ નક્કી કરેલા છે. તે પરથી, બાળકનું નામ પાડવામાં આવે છે.

બાળકના રાશિનામ પરથી, એની નાડી, વર્ણ, ગુણ, વગેરે પણ નક્કી થાય છે. આ પરથી બાળકના વ્યક્તિત્વના ગુણ-દોષ પણ જણાય છે. ‘મહાર્ક બિખ્ય’ નામે પુસ્તકમાં આ વિષયની પુરતી વિગતો આપવામાં આવી છે. આનું પણ આખું શાસ્ત્ર છે. હિન્દુ જ્યોતિષશાસ્ત્ર અને અંગ્રેજી જ્યોતિષશાસ્ત્રમાં આને વિશે પુષ્કળ લખવામાં આવ્યું છે. અને કોઈ પણ પંચાંગમાં આ વિશે ઉલ્લેખ મળી શકશે.





ઘણાંનો સામાન્ય અનુભવ હશે કે પુત્ર કે પુત્રીનાં નામ પાડવાં એ કપરું કામ છે. એ નામ-કરણને સહેલું બનાવવા નીચે કેટલાંક કક્કાવાર નામ સૂચવ્યા છે.

અશ્વિન,	અતદા,	અનુજ,	અનુભ,
અપર્ણા,	અરવિંદ,	અલકા,	અમી,
અમર,	અરંધતી,	અક્ષયકુમાર,	અજયા,
અતુલ,	અનંતા,	અનિલ,	અસરા,
અચ્યુત,	અમૃત,	અર્જુન,	અમૃલ,
અંબાલાલ,	અખંડાનંદ,	અજીત,	અજવાળી,
અપરાજીતા,	અરૂણા,	અભિમન્યુ,	અમૃતલાલ,
અનન્ત,	અશ્રુમતિ,	અનુપમા,	અલક,
અલકાનંદા,	અનસુયા,	અભયકુમાર,	અસિકુમાર,
અજીતા,	અવની,	અશોક,	અલપર્ણા,
અંબિકા,	અનુપમ,	અનિલા,	અવિનાશ,
અનંગ,	અભયા,	અચલા,	અધિકારી,
અબમિલ,	અંજનિ,	અંબુ,	અંશુ,
અંજલિ,	અંબાજી,	અંબા,	અંજરિષ,

આદિત્ય,	આનંદ,	આત્મારામ,	આશા,
આરતી,	આનંદી,	આરાધિકા,	આર્યા,
આસકરણ,	આરાધના,	આનંદમયી,	આભા,
આરાસુરી,	આલોચના,	આશાવરી,	આશુતોષ,
ખલા,	ખશ્ચરી,	ખંદ્રવદન,	ધંદુમતી
ખશ્ચર,	ખચ્છન,	ધંદિરા,	ધચ્છાશંકર,
ખંદ્રજીત,	ખંદ્રા,	ખનામદાર,	ધંદુલાલ,
ધંદુકાંતા,	ખંદુવદન,	ખંદ્રચંદ્ર,	
ઉર્વશી,	ઉમા,	ઉષા,	ઉત્તરા,
ઉત્તર,	ઉત્તમખંડેન,	ઉપેન્દ્ર,	ઉત્સવ,
ઉલ્કા,	ઉર્મિ,	ઉમેદ,	ઉમાકાન્ત,
ઉછરંગરાય,	ઉજમખંડેન,	ઉજમશી,	ઉદયશંકર,
ઉત્તમચંદ,	ઉપમા	ઉમાશશી,	
ઋષભ,	ઋષિ,		
કાંતિલાલ,	કુમારપાળ,	કુમારી,	કરણાશંકર,
કુમકુમ,	કીચક,	કચરાલાલ,	કલ્પિક,
કણ્વ,	કરતુરી,	કળીર,	કાનજી,
કનકકુમાર,	કપિલપ્રસાદ,	કપિલા,	કપિજલા,
કમર,	કમાલ,	કરણસિંહ,	કલાધર,
કલાપી,	કલાનિધિ,	કલિકા,	કવિતા,
કલ્ક,	કલ્પના,	કલ્યાણી,	કલ્પોલિની,
કસુંબી,	કંબરી,	કંઠમણિ,	કંઠર્પ
કાક,	કાજી,	કાત્યાયન,	કાત્યાયની,
કાદર,	કાનુડો,	કાક,	કામિની,

કામેશ્વર,	કામેશ્વરી,	કાર્તિકેય,	કિકરી,
કાશ્યપ,	કાશ્યપી,	કિરાત,	કિતરી,
કિરણસિંહ,	કિશોરી,	કીકી,	કીર્તન,
કીર્તિરાય,	કુમુદિની,	કુરંગનયના,	કુણાલ,
કી,	કેકુબાદ,	કેબુશર,	કેતકી,
કેદારનાથ,	કેસરીસિંહ,	કોકિલ,	કાયલ,
કુસુમાકર,	કુંજવિહારી,	કુંભકર્ણ,	કુંતા,
કુંદન,	કેશવ,	કેસર,	કૈકેયી,
કનકલતા,	કાનન,	કિરણમયી,	કાશ્મીરા,
કલાવતી,	કલ્પના,	કલ્પલતા,	કમલા,
કનૈયો,	કસ્તુરચંદ,	કોકિલા,	કૃષ્ણ,
કૌમુદી,	કૌશિક,	કલ્યાણ,	કુમુદ,
કુસુમ,	કચ,	કમલિની,	કર્ણ,
કરણકુમારી,	કલા,	કંચન,	કાદમ્બરી,
કાન્તા,	કિશોર,	કુમાર,	કાન્તિ,
કાલિદ્રી,	કાલિકા,	કિરીટ,	કીચક,
કીર્તિ,	કુબેર,	કૌશલ્યા,	કૈલાસ,
કાલિદાસ,	કરુણાદેવી,	કુશ,	કાવેરી
ક્ષીતીશ,	ક્ષેત્રપાળ,	ક્ષમા,	ક્ષેમરાજ,
ખુશાલદાસ,	ખેમરાજ,	ખોડાભાઈ,	ખોડિયાર,
ગોકળદાસ,	ગોપા,	ગોપાલદાસ,	ગોપીચંદ,
ગુમાનસિંહ,	ગુરસિંહ,	ગુલજાર,	ગુર્જરી,
ગંગા,	ગોદાવરી,	ગીરીભાલા,	ગુણીયલ,
ગુલાબ,	ગુલબદન,	ગૌરી,	ગોપિકા,
ગણપતિશંકર,	ગબ્બનન,	ગણાધિપ,	ગંગાધર,

ગંભીર,	ગિરિજા,	ગિરીશ,	ગોપાલ,
ગોવિન્દ,	ગિરિધર,	ગૌતમી,	ગોમતી,
ગૌતમ,	ગોવર્ધન,	ગાંડાલાલ,	ગાર્ગી,
ગુણવંતી,	ગુણસુંદરી,	ગિજુભાઈ,	ગિરિભાઈ,
ગીરજા,	ગીતા,	ગગનવિહારી,	ગજરાજ,
ગજગૌરી,	ગડગડાસ,	ગરીબદાસ,	ગલરભાઈ,

ધનશ્યામ, ધુસારાલ,

ચિત્રગુપ્ત	ચિત્રલેખા	ચંદ્રગુપ્ત	ચિત્રાંગદા
ચંબેલી,	ચાણુકય,	ચાર્વાક,	ચાંદની,
ચન્દ્રકાન્ત,	ચન્દ્રવદન,	ચન્દ્રિકા,	ચન્દન,
ચન્દ્રશેખર,	ચન્દ્રહાસ,	ચરણદાસ,	ચન્દ્રાનના,
ચરિત્ર,	ચૂડામણિ,	ચેતનદાસ,	ચિત્રા,
ચિરંજીવ,	ચિંતામણી,	ચેતનકુમાર,	ચૌહાદેવી,
ચારુક્ષતા,	ચંદ્રશંકર,	ચન્દ્રમણિ,	ચંદુલાલ,
ચન્દ્રકલા,	ચન્દા,	ચતુરિકા,	ચક્રવાક,
ચંકારી,	ચતુરા,	ચતુર્ભુજ,	ચપળા,
ચન્દ્રસુખી,	ચંદ્રપ્રમા,	ચંપકલાલ,	ચંપા,

છાયા, છગનલાલ, છત્રસાલ, છોટાલાલ

જોરાવરસિંહ,	જીવન,	જશવંતરાય,	જયંતી,
જયદેવ,	જયશ્રી,	જયન્ત,	જવાહર,
જગત,	જગમોહન,	જયકૃષ્ણ,	જ્યોતિન્દ્ર,
જગજીવન,	જલધર,	જાન્હવી,	જ્યોતિ,
જ્યોત્સ્ના,	જ્યોતિરેખા,	જયા,	જીવંતિકા,

જશોદા,	જતીન,	જગદેવ,	જગદીશ,
જગદંબા,	જગન્નાથ,	જગતરાય,	જટાશંકર,
જમુના,	જીજી,	જડહરત,	જડાવ,
જનાબાઈ,	જદુનાથ,	જનકી,	જનમેજય,
ટિપુ,	ટંપુ,		
ઠાકોર,			
ઢીંગલી,	ઢોલારાય,		
ડાહ્યાલાલ,	ડાહી,	ડોલરરાય,	ડોલી,
તરલતા,	તરલિકા,	તારામતિ,	તરંગિણી,
તરલા,	તારિકા,	તારા,	તિતિક્ષા,
તુષાર,	ત્રિભુવન,	ત્રિલોચન,	ત્રિવિક્રમ,
તિલોત્તમા,	ત્ર્યંબક,	તુલસીદાસ,	તરણિકા,
તનમન,	તીતલી,	ત્રિપુરા,	તાપીદાસ,
દ્રૌપદી,	દ્રોણ,	દ્વિજરાજ,	દાદાભાઈ,
દેવીબહેન,	દેવકન્યા,	દેવડી,	દેવાયત,
દુલારી,	દેવળ,	દુર્ગા,	દિલારામ,
દિલીપ,	દિવ્યકુમાર,	દિવાન,	દિવાકર,
દયા,	દેવયાનિ,	દિનમણિ,	દાદુભાઈ,
દિલાવર,	દિનેશ,	દેવાંગના,	દીપીકા,
દેવકી,	દુષ્યન્ત,	દ્વિરેક,	દેવજી,
દેવેન્દ્ર,	દિનકર,	દિગંબરી,	દિવાળી,
દક્ષા,	દેવપ્રત,	દક્ષપત,	દીપ્તિ,
દામોદર,	દારકાદાસ,	દીપક,	દીના,

દત્તા,	દત્તાત્રય,	દમયંતી,	દયારામ,
દરબારીલાલ,	દર્શક,	દામજી,	દાસભાઈ,
ધનંજય,	ધનવન્ત,	ધરણિધર,	ધર્મદિ,
ધર્મરાજ,	ધ્રુમકેતુ,	ધ્રુવ,	ધર્તાલાલ,
ધનલક્ષ્મી,	ધનકુંવર,	ધનજી,	ધ્રુવા,
ધૈર્યબાળા,	ધરા,	ધનપાળ,	ધનુર્ધારી,
ધૃતરાષ્ટ્ર,	ધીરજલાલ,	ધુરંધર,	ધર્મેન્દ્રસિંહ,
નિલમ,	ન્યાલચંદ,	નિરૂપમા,	નંદશંકર,
નીરા,	નીલા,	નંદિની,	નાદિ,
નિહારિકા,	નલિની,	નિપુણિકા,	નીલકંઠ,
નલિન,	નાગર,	નરહરિ,	નિત્યાનંદ,
નારાયણ,	નારાયણી,	નટવર,	નરસિંહ,
નીલામ્બર,	નક્કલ,	નૌતમ,	નંદિતા,
નર્મદા,	નરેશ,	નાનુભાઈ,	નરહરરામ,
નિર્ભયરામ,	ન્હાનાલાલ,	નાગકુમાર,	નયના,
નંદલાલ,	નાથાલાલ,	નવનીત,	નવલ,
નવલખી,	નવીનચંદ્ર,	નવિના,	નાગેન્દ્ર,
પ્રાણુલાલ,	પ્રાણુશંકર,	પ્રભાકર,	પુષ્પસેન,
પુરૂષોત્તમ,	પંકજ,	પદ્મનાભ,	પદ્માકર,
પદ્મિની,	પરશુરામ,	પરિમલ,	પૌલોમી,
પ્રતિમા,	પદ્મા,	પ્રભા,	પ્રિયંવદા,
પન્નાકુમારી,	પૂર્ણિમા,	પરિક્ષિત,	પદ્મવી,
પાર્વતી,	પીતામ્બર,	પુંડલિક,	પુરંદર,
પુરાતન,	પુષ્કર,	પુલિન,	પુષ્પા,
પ્રતિમા,	પ્રજ્ઞા,	પ્રકાશ,	પ્રદીપ.

પ્રતાપ,	પરમાનંદ,	પદમશી,	પ્રેમજી,
પ્રેમશંકર,	પરમેશ્વરી,	પદ્મકાંત,	પરી,
પંડિતા,	પાંદુરંગ,	પાણિની,	પારસમણિ
પ્રહુમ્ન,	પ્રમીલા,	પૃથુ,	પૃથિવી,
પાંચાલી,	પીનાકીન,	પુતળીબાર્ષ,	પુષ્પધન્વા,
પોયણી,	પ્રતિભા,	પ્રલોતકુમાર,	પ્રધાન,
પ્રમોદચંદ્ર,	પ્રેમદા,	પૃથ્વીવલ્લભ,	પ્રાણુવલ્લભ,
પ્રીતમલાલ,	પ્રીતમીલા,	પતંજલી	પન્નાલાલ,
પ્રવિણ,	પ્રીતિ,	પ્રદાદ,	પ્રતાપ,
પ્રેમલીલા,	પ્રમાદધન,	પ્રભુદાસ,	પ્રિયકાન્ત,
પુષ્પલતા,	પ્રણય,	પ્રેમા,	પ્રકાશ,
પચાનન,	પાર,	પાષાણી,	પિયાસી,
પુષ્પેન્દ્ર,	પૂર્ણાનંદ,	પૃથ્વીશ,	પ્રમોદચંદ્ર,
પ્રાણુજીવન,	પ્રિયદર્શિની,		
ફેની,	ફલોરા,	ફલમણિ,	ફલવંતી,
મિન્દુ	મિહારી,	મિલાસ,	બકુલા,
બુદ્ધ,	બલદેવ,	બુદ્ધિધન,	મિન્દુરાય,
બાલા,	મિપિન,	બંસરી,	બદાદુર,
બોલો,	બેનાબહેન,		
ભારતી,	ભારવિ,	ભૂપેન્દ્ર,	ભારકર,
ભક્તિબાલા,	ભરત,	ભાગિરથી,	ભાનુ,
ભામિની,	ભાલચંદ્ર,	ભીમ,	ભીખ,
ભદ્રા,	ભગવન્ત,	ભગવાન,	ભાષદાસ,
ભગવતી,	ભૂલાભાર્ષ,	ભવાનીશંકર,	ભારદ્વાજ,

ભાષણભાષ,	ભાણાભાષ,	ભાર્ગવ,	ભવાન,
ભૂપતરાય,	ભાષશંકર,	ભોળાશંકર,	ભેરવી,
મંજરી,	મેનાવતી,	માલતી,	મધુરિકા,
મહેશ,	માણુક,	મહેન્દ્ર,	મીરાં,
મલિકા,	માલવિકા,	મૃણાલિની	મધુરી,
મિનાક્ષી,	મૃણાલ,	મદાશ્વેતા,	માધવ,
મકરન્દ,	મંજુલા,	મંજુલાલ,	મણિ,
મતિ,	મધુકર,	મદન,	મધુવ્રત,
મનુ,	મોદન,	મનમોદન,	મંદાકિની
મન્મથ	મહીધર,	મહીપાલ,	મહેશ્વર,
માધવી,	માયા,	માર્તન્દ,	મુક્તા,
મુકન્દ,	મુકુટ,	મુક્તાવલિ,	મુરારિ,
મેનકા,	મૃદુલા,	મધુમાલા,	મોતીલાલ,
મંગલા,	મેઘા,	મનોરમા,	મયુરી,
મયંક,	મગનલાલ,	મોહિની,	મનહર,
મનસુખલાલ,	મંજા,	મદનલાલ,	મદનિકા,
યમુના,	યશોદા,	યશોમતિ,	યામિની,
યાકુબ,	યોગિની,	યૌવના,	યદુરાય,
રત્નપ્રભા,	રેખા,	રવીન્દ્ર,	રજની,
રતિ,	રત્નાકર,	રશ્મિ,	રામ,
રેણુકા,	રોહિત,	રાજેન્દ્ર,	રામચંદ્ર
રાસેશ્વરી,	રાગિણી,	રાજેશ્વરી,	રોહિણી,
રમા,	રાધારાણી,	રંભા,	રીસામણી,
રત્નમાલા,	રમણલાલ,	રણધીર,	રાવળ,
રક્ષા	રણમહી	રાજેશ્વર,	રતન,



રતિપતિરામ,	રામી,	રમણીક	રસીલા,
રમિયાત	રંજન,	રાજલક્ષ્મી,	રાણી,
રાજેશ્રી,	રાધિકા,	રાધા,	રામનવમી,
રેવતી,	રૂપાળી,	રામાયણી,	રસિકચંદ્ર,
લતા,	લેખા,	લજ્જા,	લક્ષ્મણ,
લોપા,	લલિતા,	લક્ષ્મી,	લીલા,
લલિત,	લીલાધર,	લવંગિકા,	લક્ષ્મીકાન્ત,
લાલશંકર,	લલ્લુભાઈ,	લાલદાસ,	લખમશી,
લાલપુત્ર,	લાલભાઈ,	લખેશરી,	લતિકા,
લજ્જમણી,	લવ,	લહેરચંદ,	લક્ષ્મીદાસ,
લાડકી,	લાલજી,		
વાલ્મિકી,	વલ્લભદાસ,	વશિષ્ઠ,	વાલી,
વસંત,	વસંતિકા,	વિહારિણી,	વિભાવરી,
વદન,	વસુંધરા,	વસુમતિ,	વાસંતી,
વિદુર,	વિભૂતિ,	વિયોગી,	વિરંચી,
વીણા,	વૈજયન્તી,	વનમાલા,	વનલતા,
વિલાસ,	વિલોચના,	વિશાખા,	વિશ્વામિત્ર,
વનલીલા,	વિલંગિકા,	વિલાસિકા,	વાસુદેવ,
વેણુકા,	વેલજીભાઈ,	વેલાભાઈ,	વૈકુંઠરાય,
વિક્રમ,	વિજય,	વનમાલી,	વલ્લભા,
વિષ્ણુકુમાર,	વૈદેહી,	વિકૃલ,	વિદ્યાધર,
વિદ્યાધન,	વિપીન,	વિનાયક,	વિનોદ,
વિનોદિની	વત્સલા	વાચિનીદેવી,	વજ્રદાર,
વંદના,	વિમલા,	વનરાજ,	
વૃજભાલા,	વૃજલાલ,	વનદેવી,	વૃંદાવનદાસ,
વનિતા,	વિશળદેવ,	વિજયા,	વિકૃલદાસ,

शशीक्षेपा,	शशीकुला,	शकुन्तला,	श्यामा,
शिखा,	शैदेश,	शायी,	शेखर,
शोभना,	शंकर,	शंभु,	शान्ता,
शिरीष,	शैवल्लिनी,	शोभा,	शरद,
शिवाञ्ज,	श्यामलाक्ष,	शशीकान्त,	शोभाराम,
शान्तिदास,	शैलजाता,	शारदा,	शुभदा,
सागरिका,	सुमन,	सुधा,	सुरेखा,
सुमति,	सीता,	सत्यकाम,	सुधीर,
सुभद्रा,	सुशीला,	स्नेहलीला,	सुयोधन,
सत्यव्रत,	साकरलाक्ष,	सोढिल्ली,	सरोज,
सुकन्या,	सावित्री,	सुलोचना,	सुप्रभा,
सुरेश,	सहदेव,	सुप्रीति,	सनातन,
सरस्वती,	सविता,	सागर,	सुदर्शन,
सौमामिनी,	स्वाति,	संयुक्ता,	सरयु,
सुमित्रा,	सुदोषा,	सुनीला,	सरिता,
सरला,	सुभला,	सरोजिनी,	सुभाष,
सुकुमार,	सर्जनकुमार,	सुहासिनी,	संजवनी,
सपाराम,	सूर्यकान्त,	समञ्ज,	सुरजभूषेन,
समर्थ,	समता,	स्वरूप,	सुलक्षणा,
सर्वदमन,	सिद्धार्थ,	सुपलाक्ष,	सुनीता,
सुरभि,	सुरभाष,	सुवर्णलता,	स्नेहप्रपूर्णा,
हेमलता,	हेमप्रभा,	हंसा,	हेमन्तिनी,
हीरा,	हलधर,	हरि,	हिमांशु,
हेमन्त,	हरिश्चन्द्र,	हरजवन,	हरीश,
हसमुज,	हरिवदनी,	हर्षत,	हर्षदा,
हसमुष्मी,	हरिणी,	हीराकण्ठी,	हेमन्तकुमार,



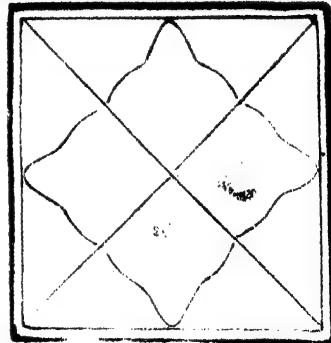
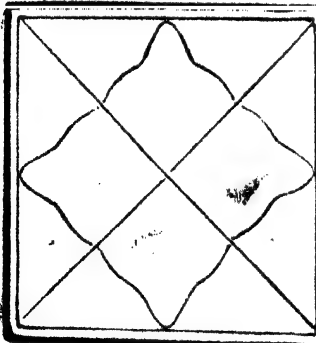
# જાનકનાં પ્રતિક



- ૧ પાલકની રાશિ : .....
- ૨ જન્મ તિથિ : .....
- ૩ જન્મ નામ : .....
- ૪ જન્મ નક્ષત્ર : .....
- ૫ લાડકું નામ : .....
- ૬ વર્ષ : .....
- ૭ નાડી : .....
- ૮ ગુણ : .....

જન્મકુંડલી :

ચલિત



જાળક એટલે માતાપિતાના સુખની અને જગતના ભાવિ  
કલ્યાણની અવદ સાંકળ



200410





બાળક માટે ઉત્તમ ખોરાક કયો ? એવો પ્રશ્ન ખૂબ સ્વાભાવિક રીતે પૂછી શકાય. અને એનો ઉત્તર પણ એટલી જ ત્વરાથી અને કુદરતી રીતે આપી શકાય કે માના દૂધમાં જ બાળકનું સાચું પોષણ છે. આજના વિજ્ઞાને જે અનેકાનેક નવીન શોધો દવાનાં ક્ષેત્રોમાં કરી છે. તેમાં ‘વિટામિન્સ’ એટલે કે તાકાત, પુષ્ટિ વધારનારાં તત્ત્વો ખાસ ધ્યાન ખેંચે છે. આ તત્ત્વો પાંચ છ પ્રકારનાં છે, અને એ દરેકની શરીર પર જુદી જુદી અસરો નિર્માણ કરાયેલી હોય છે. પણ આ બધાં વિટામિન્સ આપી શકે તેથી વિશેષ કૌવત માતાનું દૂધ આપે છે. એટલા જ માટે બાળકને એની પોતાની માતાનું સ્તનપાન જરૂરી છે.

આજકાલ પશ્ચિમના રંગરાગથી પૂર્વ રંગાતું જાય છે, ત્યાંના પવનો અહીં જતજતની અસર ફેલાવી જાય છે, પરંતુ આપણી આખોડવા, આપણાં શરીરો, આપણું વાતાવરણ વગેરે પશ્ચિમથી એવાં નિરાણાં છે કે જે ત્યાં આવશ્યક ને ઉપયોગી

નીવડી શકે એમ હોય તે અહીં તદ્દન વિરોધી  
અસરો પણ ઉપજવે. આવો જ એક પવન બાળ-  
કને માનું દૂધ ન આપવાનો છે. એ લોકો માને  
છે કે એથી સ્ત્રીના સૌંદર્યને હાનિ પહોંચે છે!  
વસ્તુતઃ આવા વિચારો ભ્રમક છે, ખાસ કરીને  
આપણા હિન્દુસ્તાનમાં.

થોડાક દાખલાઓથી આ વાત વધુ સ્પષ્ટ  
થશે. બાળકના જન્મ પછી, તેને માતૃદુધ, ધાવણ  
અપાવું જ જોઈએ. એ સમયનું ધાવણ જરૂરી  
છે, કારણ કે એ પછી જ માતાનાં સ્તનમાં દૂધ  
ચાલુ રહે છે. અંગ્રેજ બાળકોના દાંત જુઓ.  
લગભગ ૬૯% બાળકના દાંત ખરાબ હોય છે,  
એ જ બનાવે છે કે એનું કારણ કાંઈ મૂળમાં જ  
વાંધાબરેલું છે. દક્ષિણના મુલકોની પ્રજામાંના  
હબસી બાળકના દાંત જુઓ. કેવા સુંદર, સફેદ,  
મજબૂત! ત્યાં આખોલવા ગરમ હોવાથી, માએ  
પોતાને બાળકને પોષણ આપવું જ પડે છે. તો,  
માના દૂધમાં એ શક્તિ રહેલી છે, કે તે બાળકને  
પોષણ તો આપે જ છે, ઉપરાંત તેના દાંત પણ  
મજબૂત બનાવે છે. અલબત્ત, ડોક્ટરો, કેટલાંક  
કારણોસર, જેવાં કે માનું ધાવણ વૈદ્યકીય દ્રષ્ટિએ

સારું ન હોય, તો નર્સ શોધી લેવાની તાત્કાલિક સલાહ આપે છે. આવા દાખલાઓમાં ધાવણ ખીજ અઠવાડિયાથી શરૂ થાય છે. બાકી એમ કહેવું કે વાછરડાને પોતાની માનું—ગાય કે ભેંસનું દૂધ અનુકૂળ નથી એ તો હાસ્યાસ્પદ છે ! માતાઓ બાળકોને ધાવણ આપવાની પોતાની ફરજની ઉપયોગિતા સમજે, એ કાર્યમાં આનંદ માને ને બાળકને એ રીતે ઉછેરે તો કેવું ફળદાયી નીવડે ! શીશીઓના, રખરની ટોટીમાંથી ગળાઈને અપાતા દૂધ પર ઉછેરાયેલાં બાળકોના દાંત ને શરીર, માતૃદુગ્ધ પર ઉછેરેલાં બાળકો કરતાં કેવા નબળાં હોય છે !

અલખત, કેટલીકવાર માતાનું ધાવણ ઓછું પડે, ત્યારે બાળકને થોડાક ચમચા દૂધ અને પાણી આપવામાં બાધ નથી. કોઈકવાર બ્લેકસો જેવો પદાર્થ અથવા મોસંખીનો રસ પણ ઉપકારક નીવડે છે. આ સમય દરમિયાન માએ પોતાને પથ્ય આવે એવો અને પોતે જે ખોરાકથી ટેવાયેલી હોય તેવો જ ખોરાક લેવો જરૂરી છે. સાધારણ રીતે તરસ લાગે ત્યારે દૂધ, અને સૂવાના વખત પડેલાં ગળવાણું કે એવીજ કોઈ ઘઉં કે જવ

અને દૂધની ખનાવટ લેવી. દારૂ જરૂરનો નથી. અને સાધારણ રીતે આપણી હિન્દુ સ્ત્રીઓ તેનો ઉપયોગ કરતી પણ નથી.

ધણી વખત બાળક ધાવતાં ધાવતાં સૂઈ જાય છે અથવા આરામ કરે છે. આનું કારણ એને દૂધથી સંતોષ થઈ ગયો છે એમ સમજવું. ધવડાવ્યા બાદ બાળકને હિલોળવું નહિ. એને માત્ર સ્થિર રીતે પીઠ ઉપરજ સુવાડવું. જુદી જુદી ઋતુઓમાં દૂધની ખાસ માવજત રાખવાની જરૂરી છે. એવું જ દૂધ બાળકને આપવાથી એને અનેક દરદ ઊભાં થાય છે, ધણીવાર એ પ્રાણધાતક પણ નીવડે છે.

ધાવ્યા બાદ, બાળક ધણી વાર શરીરે ગરમ થઈ જાય છે. એનું કારણ ધાવણનો શ્રમ છે. આ વેળા એને ગરમ શાલ ઓઢાડી રાખવી. સ્વચ્છ હવા, ગરમી, ને સ્વચ્છતાથી બાળક નીરોગી બને છે, અને વધુ ખોરાક લઈ શકે છે. બાળકનાં પેટને તેમજ દાંતને નુકશાનકારક નીવડે એવી મીઠાઈઓ તદ્દન બંધ કરવી જોઈએ.

બાળકના જન્મ પછીનાં પહેલાં ચાર અઠવાડિયાં, માતાએ પોતાની તથા બાળકની, બેઠની



પૂરી માવજત કરવી જોઈએ, અને કાળજી-  
પૂર્વક તે સમય વીતાવવો જોઈએ. માતાએ  
વધુ પડતી કસરત કરવી ન જોઈએ. ઉપરાંત,  
ઠંડા પાણીમાં કે ઠંડી આળોહવામાં રહી, છાતીમાં  
શરદીને પ્રવેશવા દેવી ન જોઈએ. આ કાળ દરમિ-  
યાન શરદી બહુ તુકસાનકારક છે. શરીરમાં ગરમી  
ભરી રાખવા માટે સૂંઠનો શીરો વગેરે અપાય છે.  
છાતીમાં આસપાસ ફ્લેનક્ષનો કે શાલનો ગરમ  
કટકો રાખવાથી શરદીનો ભય દૂર થશે. આ  
કપડું, બાળક ધાવણ લઈ રહે પછી બઢવી નાખવું  
કારણ કે દૂધ મુકાવા દેવું તુકસાનકારક છે. ઉપ-  
રાંત, માતાએ બાળકને વવડાવ્યા પછી, સ્તનને  
ગરમ પાણીથી કે બેરિક્ત પાણીથી ઘોઈ નાખવાં.  
તેથી સ્વચ્છતા પણ જળવાશે અને ઠંડીનો પવન  
પણ અસર નહિ કરે. કપડાં વગેરેને ઘોવા કરવા  
માટે, હાથ પગ ઘોવા, કે બીજા ચાલુ સામાન્ય  
ઉપયોગમાંથી ગરમ પાણીનો વપરાશ રાખવો.

આમ બાળક માટે સ્તનપાન એ એટલું  
સ્વાભાવિક કાર્ય છે, ને માતાને પણ બાળકને  
ધાવણ આપવાનું એવું કુદરતી છે કે એ વસ્તુ  
શીખવવી પડતી જ નથી. છતાં તેને અંગે

ખાળવા બેઠતા કેટલાક નિયમો ઉપર જણાવ્યા છે. તેથી શરીર આરોગ્ય અને સ્વચ્છતા બેઉ જળવાય છે. એક ભય છે : કેટલીક વાર ખાળક માને ધાવતાં ધાવતાં તેના સ્તન પર, પોતાના નાના તીણા નવા ઊગતા દાંત પાડી દે છે. આવે વખતે સહેલો ઉપાય એજ છે કે તે ઉઝરડાના ભાગ પર નરમ સિલ્વર નાઈટ્રેટ લગાડી દેવું.

આમ સ્તનપાન એ માતા અને ખાળક બેઉ માટે એક અગત્યનો વિધિ બની રહે છે.

ખાળકને વધારે લાંબો સમય સુધી, બેઠરકાર રહી રોવા દેવું ન બેઠવે. તેને ખરાબર સુવાડી, કપડાં વગેરે ખૂંચે નહિં એમ ગોઠવવું બેઠવે. ખાળક ભૂખ્યું થયું છે અથવા તો એને બીછ શી પીડા થઈ રહી છે એ તપાસો. થોડો સમય હાથમાં લઈ ખભે તેડી, ગાતાં ગાતાં, બહાર ફેરવવાથી પણ એને શાંતિ થાય છે, ને ખોરાક પાચન થાય છે. ખાળકને શરીરના કોઈ ભાગ પર જરાય ઠંજ ન થાય એ બેવું ખાસ જરૂરી છે. તેના પેટ પર ગરમ કપડાનો ટુકડો અથવા ફ્લેનલ રાખી તેને ગરમાવો આખ્યા કરવો બેઠવે.



આંખ : આપણા શરીરનું સૌથી વધુ નાણુક અને તેટલું જ અગત્યનું કોઈ અંગ હોય તો તે આપણી આંખ છે. આંખની માવજત એટલા માટે જ ખૂબ જરૂરી છે. નાનપણમાં આંખ પ્રત્યે બેદરકાર રહેતાં, પરિણામે અવસ્થા વધતાં કોઈક વાર આંખ જોઈ બેસવાના પ્રસંગો પણ ઉત્પન્ન થાય છે. અંગ્રેજ કવિ મિલ્ટને ૪૨ વર્ષે આંખ જોઈને કવિતા લખી : "O ! Tell me what is that thing called light, which I must never enjoy !" આંધળો માણસ પ્રકાશમાં આનંદ પામવા માટે આવી તિવ્ર ઝંખના સેવે છે.

આજે નાનાં નાનાં ૭-૮ વર્ષનાં બાળકોને બેઠકે છીએ તો માપાપની બેદરકારીના ભોગ બની, તેઓને ચશમાં પહેરવાં પડે છે. વર્ષો વીતતાં વધુ વાંચનને અંગે આંખો વધુ નબળી પડે ને ઉત્તરાવસ્થામાં આંખ વિના અંધારું થઈ પડે. આંખનાં અંગનમાં કાજળ, સુરમો, મધ વગેરેનો

ધરમથુ ઉપયોગ ખૂબ ફાયદાકારક નીવડે છે. તેથી આંખનું તેજ વધે છે, ને જાંખપ ઓછી થાય છે.

આમ હોવાથી નાના બાળકની આંખ માટે ખૂબ તકેદારી રાખવી જોઈએ. રોજ સવારે બાળક ઉઠે તે પછી એની આંખમાંથી ચીપડા કાઢી નાખી આંખને ખોરીકના પાણીથી સારી રીતે ધોવી જોઈએ. સવારે બાળક ઉઠે તેવું ઓચિંતું સૂર્ય પ્રકાશ કે વિજળીનું તેજ એની નાજુક આંખોને ન સ્પર્શે તેનું ધ્યાન રાખવું; ને તેથીયે વિશેષ બાળકને સ્વચ્છ હવા ને સૂર્ય પ્રકાશનો લાભ આપતી વેળા પણ એની આંખો પર છાંયો આવે એમ ઢાંકણ કરવું જોઈએ. બાળક મોઢું થતું જાય, સાધારણ વાંચતું લખતું થતું જાય, ત્યારથી આંખની કાળજી રાખવાનું શિક્ષણ એને આપવું જોઈએ. પીઠ ફેરવીને એવી રીતે વાંચવા લખવા ખેસવું જોઈએ કે જેથી વિજળીનો પ્રકાશ ડાખી બાજુએથી આવે, અને પુસ્તક હમેશાં આંખની ખૂબ નજીક રાખવું ન જોઈએ.

મોં વિશે પણ એટલી જ કાળજી લેવી જરૂરી છે. કારણ કે અનેક રોગોનું જન્મસ્થાન આપણે મોંને માનીએ છીએ. દાંત માટે આગળ ઉપર જોઈશું. સવારે ઊઠીને; બાળકનું મોં ડૂબીને સાફ

કરવું જોઈએ. સૂતરાઉ કાપડના દુકડાને ગરમ ખોરિક સોલ્યુશનમાં બાળી મેં લૂછવું. બાળકને ગરમ પાણીના બે ત્રણ ચમચા આપો તો વાંધો નથી, પણ એકંદરે જોતાં, ગરમ પાણી શરીરને ફાયદાકારક તો નથી જ. બાળક ઘણીવાર રડતું હોય છે, ત્યારે એને થોડું પાણી જ જોઈતું હોય છે, ખાસ કરીને જ્યારે એને દાંત આવતા હોય છે ત્યારે. આવે વખતે, પાણીમાં થોડું, સોડા બાય કાર્બોનેટ મિશ્ર કરીને આપવું.

બહાર ફરવા લઈ જતી વખતે: બાળકની સાથે માથે જરૂર જવું. જોકે ઉનાળાના પ્રખર તાપમાં કે શિયાળાના ઠંડા વાયરામાં બહાર લઈ જવા કરતાં, એને જેમ વધુ આરામ ને નિદ્રા અપાય તેમ વધારે સારું. છતાં બહાર લઈ જવું પડે તો સૂર્યના તાપથી એના કુમળા માથાને રક્ષણ મળે તેમ કરવું જોઈએ. માથા પર કશું ઢાંકણ ન કરીએ, તો તેજથી એની આંખો અંજાઈ જાય. સહેજ મોટું થતાં, બાળકને બાબાગાડીમાં ફેરવવા કાઢો ત્યારે પણ એના માથા વિશે ચોક્કસ કાળજી રાખવી જરૂરી છે. બાળક લાંબી નિદ્રા પછી જાગે ત્યારે તેને એકદમ ઠંડીમાં લઈ જવું સલાહકારક

નથી, કારણ કે તેથી તુરત શરદી લાગી જવાનો સંભવ છે.

કેટલીક વાર આપણે નાનાં બાળકોને ઊંઘતાં જોઈએ છીએ; એના માથા પર ને એની આંખો પર બળબળતા સૂર્યનો પ્રકાશ પડતો હોય છે. આ વેળા બાળક જો જોરથી રડવા માંડે, તો તેમને હુલાવવામાં, થાપડવામાં, કે ઘાંટા પાડવામાં આવે છે. કોઈકવાર એમની બાબાગાડીને ઝડપથી હંકારવામાં આવે છે; રસ્તા ઉપરના બાડોટકરાનીયે પરવા કર્યા વગર. આનાથી એક જ પરિણામ નીપજે: કાં તો બાબાગાડી કોઈકવાર ઊથલી પડે, ને બાળકને સખત આંચકો કે ધક્કો સહન કરવો પડે. શરદી ઠંડીના આવા ફેરફારોની અસર ગળા ઉપર પણ થાય છે. બ્રોન્કાઈટિસ અથવા કંઠ નળીના સોજાનો રોગ આનાથી જ થાય છે. બાળકને બને તેટલું પૂરતું, સ્વસ્થતાથી ઊંઘવા દેવું જોઈએ. કોઈકવાર પડખું ફેરવતાં એ જાગી જાય છે; તે વેળા એને થાપડી ફરી પડખું ફેરવી આપી, પાછું સૂવા દેવું જોઈએ.

બાળક જ્યારે માના હાથપર સૂતું હોય, કે પારણામાં ઝૂલતું હોય ત્યારે એના કાન વળી ન

જાય, પણ સપાટ રહે તેમ રાખવા જોઈએ. ઘોચલાં પહેરાવતી વખતે પણ એમના કાન દબાઈ ન જવા જોઈએ.

બાળકને મોં પર કદી ચુંબન કરવું ન જોઈએ. ચુંબન કરવાનો ઊમળકો માને આવે એ સહજ છે, કુદરતી છે. એ ઊર્મિને રોકી જ રાખવી જોઈએ એમ નહિં પણ ચુંબન મોંને બદલે એના કપાળ પર, કે ગાલ પર કરવું જોઈએ, અથવા હાથ પર કરવું જોઈએ. કારણ કે આપણો શ્વાસોચ્છવાસ ઘણીવાર એમને નુકસાનકારક નીવડે છે. હોઠ્ઠદ્વારા ઘણીવાર રોગનાં જંતુઓ બાળકના મોંમાં પ્રવેશ પામે છે, જે એના સ્વાસ્થ્યને હાનિકારક છે. આ ઉપરાંત બાળકના શરીર અંગેની, એના વિકાસ અંગેની જે કાંઈ જરૂરતો માતાને લાગે, તે બધી એણે કાળજીપૂર્વક પૂરી કરવી જોઈએ. કારણ કે આ જ માણો એવો છે, જ્યારે બાળક તરફ સહેજ પણ દુર્લક્ષ બાળકનું અહિતકારી નીવડે છે. શાણી માતાઓ પોતાની જાત દેખરેખ નીચે જ બાળકોને ઉછેરે છે, એમના વિકાસમાં પૂરતો રસ લે છે, ને જતનમાં લેશમાત્ર ઊણપ રહેવા દેતી નથી.

દાંત : સામાન્ય રીતે બાળકને છઠ્ઠે સાતમે માસે દાંત આવવા લાગે છે. આ વેળા એનામાં એક સ્વભાવિક વૃત્તિ જન્મે છે કે, જે કોઈ વસ્તુ એ જુએ, એના હાથમાં આવે તેને તે ખચકાં ભરવા માંડે છે. કોઈક વાર સખત વસ્તુ મોંમાં નાખી, તે પેઢાં વચ્ચે દબાવે છે. એટલે ધીમે ધીમે દૂધિયા દાંતની અણિઓ બહાર નીકળવા લાગે છે. આજ વેળાએ માતાએ બાળકના પોષણ માટે વધુ ટાળજી લેવી જરૂરી છે. તો આ પોષણ કયા પ્રકારનું હોવું જોઈએ ? પોષણ સારું હોય, ને બાળક સશક્ત હોય તો તેને દાંત વિના ત્રાસે જલદી ઉગી આવે છે. ઉત્તમ પોષણ તો માનું ધાવણ જ છે. જરૂર પડે તો ગાય-બકરીનું દૂધ કે બનાવટી ખોરાકો, તાજાં ફળોનો રસ, અથવા ગાજર, તરબુચ, ગંડેરી કે કાકડીના નાના ટુકડાઓ-જેમ માફક આવે તેમ આપવા. કેટલાક લોકો બાળકના હાથમાં રખરની ચુસણીઓ આપે છે. આના કરતાં તો બાળકને ઇંજ ન કરે તેવું લાકડાનું કે રૂપાના ધુધરા જેવું એકાદ રમકડું આપવું હિતાવહ છે.

બાળકને આગલા ચાર દાંત બરાબર ફૂટ્યા પછી ધઉંની કે બાજરીની શેકેલી બાખરી, ગોળ-



પાપડી, કે કોઈ સારી બનાવટના ખીસ્કીટસ આપવાં. દૂધિયા દાંત આવી ગયા પછી, એના ખોરાકમાં સહેજ વધારો કરવો. મગની દાળ, નરમ ભાત, કાંજી, ખીચડી જેવો ખોરાક વારાફરતી રોજ આપવો. આ વખતે દૂધ તદ્દત બંધ કરવું નહિ. આજ પ્રમાણે એને ધીરે ધીરે ફળફળાદિક, રાંધેલો ખોરાક, વિટામિનવાળાં શાક વગેરે ઉપર રાખતાં જવું.

### દાંતની સંભાળ: ધણીયે વાર જોઈએ છીએ

કે પાંચ-સાત વર્ષના બાળકના દાંત ઉપર છારી વળી ગયેલી હોય છે. દાંત પીળા પડી ગયા હોય છે, વાંકાચૂકા ઊગતા હોય છે, કોઈકવાર દુખતા હોય છે અને એમાંથી બદમા પણુ આવતી હોય છે. આ બધું બાળકના શારીરિક બાંધાના વિકાસ માટે નડતરરૂપ છે. દાંતમાંથી અનેક રોગો જન્મે છે, એટલે દાંતની સંભાળ ખૂબ આવશ્યક છે. બાળકને દાંત આવે ત્યારથી માએ મીઠાના પાણીમાં, નરમ કપડું બોળી, તેનાથી હમેશાં સવારમાં તેના દાંત સાફ કરવા; બાળક સમજણું થાય ત્યારથી તેને જ એ કાર્ય સોંપી દેવું. દાંત ધસવા માટે, બજાર મંજનો જેનાથી મુખ સુવાસિક

ખને છે તે અથવા દૂધ પેસ્ટસ પર ઝાઝો મદાર રાખવો નહિ. છાણાંની રાખ, ખાવળના કોલસા કે બદામનાં ખાળેલાં છોડિયાનું વસ્ત્રથી છણેલું મંજન એ જ ઉત્તમ છે. ખાળકને માટે પ્રશ વાપરતા હો તો તે પ્રશ નરમ હોવું જોઈએ. પ્રશ પર મંજન લઈ, બધા દાંતોની ખાળુએ ઘસતાં ખાળકને શીખવવું. એ વિધિ પતી ગયા પછી, દાંતણી ચીર, કે ઊલ-ઘાતુની કે કચકડાની ચીપ વડે જીભની ઊલ ઉતારતાં, કોગળા કરતાં અને છેવટે આખું મોં-ઋતુ પ્રમાણે, ગરમ કે ઠંડા પાણી વડે સાફ કરતાં શીખવવું, કોઈકવાર ખાળકના દાંત ડોક્ટર પાસે જઈ બતાવતાં રહેવા. દાંતના પોલાણમાં કચરો કે અનાજ ભરાઈ રહેવાથી પણ સડો પેસી જાય છે. ડોક્ટરની સલાહ અનુસાર કોગળા કરાવવાનું કે બીજા ઉપચારો કરવાનું રાખવું જેથી દાંતનાં અને પેઢાંનાં દરદો ઉભાં ન થાય.

**દૂધિયા અને છાશિયા (કાયમના) દાંત:—**

ખાળકને દાંત કેવી રીતે આવતા જાય છે તેની એક નોંધ રાખવી જોઈએ. ઉપરાંત કયા દાંત કયારે આવે છે તે જાણવું પણ જરૂરી છે. પહેલાં જે દાંત આવે છે તેને દૂધિયા કહે છે. આ દાંત ઉપલા અને

નીચલા જડખામાં ૧૦-૧૦ હોય છે, અને તે બનતા સુધી નીચે પ્રમાણે નીકળે છે.

નીચલા જડખાના વચલા એ દાંત- ૬- ૭ મહિને

ઉપલા        "        "        "        ૭- ૮        "

"        "        વચલાની બાજુનો અકેક- ૭- ૯        "

નીચલા        "        "        "        ૧૦-૧૨        "

આગળની દાંતો        ૧૨-૧૪        "

સૂળા        ૧૭-૧૮        "

પાછળની દાંતો        ૨૦-૨૪        "

દૂધિયા દાંત પડવા લાગ્યા પછી તેને ઠેકાણે છાશિયા દાંત-કાયમના દાંત આવે છે-આ દાંત ઉપલા ને નીચલા જડખામાં ૧૬-૧૬ હોય છે.

એક બાજુની પહેલી દાંત        ૬- ૭ વર્ષે

આગળના વચલા દાંત        ૭        "

વચલાની બાજુના        ૮- ૯        "

સૂળા        ૧૦-૧૩        "

સૂળાની પાછળની દાંતો        ૯-૧૦        "

એ દાંતોની પાછળની દાંતો        ૧૦-૧૨        "

બન્ને બાજુની પહેલી

દાંતોની પાછળની દાંતો        ૧૧-૧૨        "

છેલ્લી ડહાપણની દાંત        ૧૪-૨૭        "

બાળકને દાંત આવવાના હોય છે. તેની નિશાની તુરત જડી આવે છે. આવે વખતે ૬-૭ માસ ઉપરનું બાળક આખો દિવસ રડ્યા કરે છે, તેનાં પીઠીયાં સૂઝી જાય છે, ઊંઘમાંથી ઝબકીને જાગી જાય છે, કઠીક મોં વાસ મારે છે, મોંમાંથી લાળ પાણુ પડે છે, પાતળા દુર્ગંધવાળા ઝાડા થાય છે, ને સાથે તાવ પણ આવે છે. આના ઉપચાર પર ધ્યાન દેવું ઘટે. બાળકને દિવસમાં ત્રણ ચાર વેળા સુવાદાણાનું ને ચૂનાનું ચમચી ચમચી પાણી ધાવણુમાં આપવું. ડીકામારીના ચૂર્ણને, અથવા સૂકાં આમળાં, ધાવડીનાં ફૂલ ને પીપરને સરખે ભાગે લઈ, મધમાં મેળવી, ત્રણ ચાર વાર પીઠીયાંને ધસવું. ધીરે ધીરે તાવ દૂર થતો જશે. માંદગીનાં ચિહ્નો દૂર થાય પછી, આવા બાળકને ચાર ચાર દિવસે બેથી ત્રણ ચમચી એરંડિયું આપતા રહેવું.



## દૂધિયા દાંતનો વિસ્તાર

<u>ઉંમર માસ</u>	
૨ નીચલા, વચલા આગલા દાંત	૬ થી ૯
૪ ઉપલા આગલા દાંત અને	૮ થી ૧૨
૨ નીચલા બાજુ પરના આગલા દાંત	} ૧૨ થી ૧૫
૨ ઉપલા ને બે નીચલા આગળના રાક્ષી દાંત	
૨ ઉપલા ને બે નીચલા કૂતરિયા દાંત	૧૮ થી ૨૪
૨ ઉપલા, પાછલા રાક્ષી દાંત	} ૨૪ થી ૩૦
૨ નીચલા, પાછલા રાક્ષી દાંત	



# ઇશિયા દાંતનો વિસ્તાર

ઉંમર વર્ષ

૨	ઉપલા અને બે	નીચલા પહેલા રાક્ષી દાંત	૬
૨	„ „ „ „	વચલા આગલા દાંત	૭ થી ૮
૨	„ „ „ „	બાજુ પરના „	૮ થી ૯
૨	„ „ „ „	નીચલી પહેલી ઉપ દંડા	૯ થી ૧૦
		(કૂતરિયા દાંત અને દાઢ વચ્ચેનો બે અણિવાળો દાંત)	
૨	„ „ „ „	„ બીજા „	૧૦ થી ૧૨
૨	„ „ „ „	નીચલા કૂતરિયા દાંત	૧૨ થી ૧૪
		(દાઢ તથા આગલા દાંતની વચ્ચેના દાંત)	
૨	„ „ „ „	„ બીજા રાક્ષી દાંત	૧૨ થી ૧૫
* ૨	„ „ „ „	„ ત્રીજા રાક્ષી દાંત	૧૭ થી ૨૫

બાળક જ્યારે એક વર્ષનું થાય ત્યારે તેને છ દાંત હોય

દાઢ „ „ „ „ બાર „  
 બે „ „ „ „ સોળ „  
 અઢી „ „ „ „ વીસ „

\* ડહાપણની દાઢ :

## બાળકના દાંત વિષે નોંધ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

બાળકના સવિખ્ખના થડતરની ચાવી આદર્શ માતાના

હાથમાં છે.

# **બાળકના હાથ પગના પંખાની આકૃતિ**

બાળકની ઉંમર નોંધી કાળી યા લાલ શાહીથી તેના હાથને,  
તથા પગનો પંખો નીચેની ખાલી જગ્યામાં પાડો.

ઉંમર.....

હાથ  
જમણો

પગ  
જમણો

માનવી ભગવાનને બુદ્ધી જશે એ ખીકે, ભગવાન બાળકને  
દેવદૂત રૂપે પૃથ્વી પર મોકલે છે.







## સ્નાન અને ત્યારપછી

‘ભાઈ તો મારો ડાહ્યા, ને પાટલો ખેસી નાહ્યા,  
પાટલો ગયો ખસી, ને ભાઈ તો પડ્યો હસી,

આવાં આવાં સાદાં જોડકણાં આપણે ત્યાં  
ખૂબ પ્રચલિત છે. બાળકને સ્નાન કરાવતી વેળા,  
મા, એના કાર્યને હળવું બનાવવા તથા બાળકને  
પણ સ્નાનનો વિધિ કંટાળાભર્યો ન લાગે તે માટે  
આવાં ગીતો ગાય છે. બાળકનું સ્નાન એ પણ  
ખૂબ કાળજીપૂર્વક કરવાનો વિધિ છે. જેમ ખોરાક  
અને કુદરતી હાજતોની નિયમિતતા જાળવવી  
જરૂરી છે, તેમ બાળકોનું આરોગ્ય જાળવવા માટે,  
તેમને સ્કૂર્તિમાં રાખવા માટે, અને સ્વચ્છતાના નિયમો  
પાળવા માટે નિયમિત સ્નાનની પણ જરૂર છે.

બાળક સવારે વહેલું ઊઠે છે, ત્યારપછી તુરત  
ભૂખ્યું થાય છે. મા એને દૂધ પીવડાવે, થોડીવાર  
ખેસાડે, પછી પાછું સુવાડી દે. બાળક તુરત જ

પાછું સૂઈ જાય છે. આ પછી માએ બાળકને નવરાવવાની તૈયારી કરવી. લગભગ સવારનો દશ વાગ્યાનો સમય આ માટે ઉત્તમ છે. હવામાં સાધારણ ઠંડી કે શરદી હોય તો કલાકેક મોડું નવરાવવું, એટલે જ્યાં ટાઢો પવન ન આવે એવા ગરમ એરડામાં જ નવરાવવું, પણ બારીબારણાં બંધ કરવા નહીં. બાળકની પ્રકૃતિ નરમ હોય તો તે દિવસે નવરાવવું નહીં. તેમ જ ધાવણ આપ્યા પછી તુરત જ કે ખુલ્લી હવામાં પણ કદી નવરાવવું નહીં.

નવરાવતાં પહેલાં અઠવાડિયામાં એકાદ બે વાર બાળકના નખ કાઢી નાખવાની તથા કાનમાં તેલ નાખી, મેલ વગેરે સાફ કરવાની સંભાળ માએ લેવી ઘટે છે.

રોજ નવરાવતાં પહેલાં ગરમ પાણી, સાબુ, રુમાલ, બાદીનો નરમ કટકો, બાળકને પહેરાવવાનાં કપડાં વગેરે તૈયાર રાખવાં. આ પછી ઊંઘમાંથી બાળક જાગે ત્યારે નવરાવવા લેવું. નવરાવતાં પહેલાં એના શરીરે તેલ માલીસ કરવું. આ પછી જ સ્નાનનો સમય થાય છે. તે વેળા જુદીજુદી બાલ-દીમાં કે કથરોટમાં ગરમ અને ઠંડું પાણી

જુદુંજુદું લેવું. નવરાવવાનું પાણી હલકું અને મીઠું હોવું જોઈએ. આ પછી માથે નાની માચી પર બેસી, ખોળામાં મીણિયું કે જડો દુવાલ કે જડું માદરપાટનું કપડું નાખી, તે પર બાલકને લેવું; તેમ ન ફાવે તો નીચે બેસી પગ લાંબા કરી, તે પર કપડું નાખી સુવાડવું. આ વખતે પગ પરથી ગબડી પડી બાળક નીચું ન પડે તેનું ખાસ ધ્યાન રાખવું, પહેલાં બાળકનું માથું ને મોઢું ઠંડા પાણીથી ઘોઈ નાખી, તુરત લૂછી નાખવાં. માથાના વાળને બનતાં સુધી, સાબુ લગાડવાને બદલે, પાંચ સાત દિવસે શિકાખાઈના પાણીથી ઘોવા વધારે સલાહભર્યું છે. કદાચ સાબુનો ઉપયોગ જ કરવો પડે. તો તે બાળકના આંખ કાનમાં ન જાય તેની કાળજી રાખવી, આ પછી શરીરના બીજા ભાગો-હાથ, છાતી, પેટ, પગ વગેરે એકએક ભાગને ચોળી ચોળીને ઘોઈ નાખવા. ચામડીને ઈજા ન કરે તેવો સાબુ જ વાપરવો, અને સાબુ લગાડ્યા પછી ઊંના પાણી વડે તે ભાગ ઘોઈ નાખવો. આ કર્યા પછી, આખે ડીલે તેને એકદમ નવરાવી લેવું. અથવા ટપ્પ જેવા મોટા વાસણમાં, બાળક સહી શકે

એટલું ગરમ પાણી ભરી, તેમાં બેસાડી તેને નવરાવી લેવું. તુરત જ ડીલ લૂછી નાખી કપડાં પહેરાવવાં. ડીલ લૂછતી વેળા, બાળકની મળમૂત્રની જગા, જંઘ, કાન, નસકોરાં, બગલ વગેરે કાળજીથી સાફ કરવાં. માથામાં તાળવા પર તેલ ઘસવું, અથવા દીવેલ લગાડેલું નાગરવેલનું પાન માથા પર મૂકી છાંડવું. ઉનાળાના દિવસોમાં બાળકને સાંજના ૬-૩૦ ના સુમારે ફરીવાર આ રીતે નવરાવવાથી એની તબીયત સારી રહેશે. અને રાતે ઊંઘ પણ સારી આવશે. બાલક સહેજ મોટું થાય, હરતું ફરતું ને રમતું થાય, ત્યારે તો સાંજે નવરાવવાની ખાસ જરૂર છે કારણ રમતાં રમતાં એ એનાં કપડાં, હાથપગ, મોં, શરીર બધું જ ધૂળવાળું ને ગંદું કરી મૂકશે એવા ધૂળવાળે શરીરે જ એને ખોરાક લેવા દેવો કે ઉંઘાડી દેવું તે કરતાં નવરાવવાથી એની તંદુરસ્તી અને સ્ફૂર્તિ વધશે.

બાળકનાં કપડામાં તંગ કાનટોપી, કોરાં ઝબલાં, ને ચુસ્ત ચડીનો આપણે ત્યાં ચાલ છે, એના કરતાં કોઈકવાર કેટલાક કલાક વગર કપડાંએ બાળક રહે તો ખોટું નથી. બાકીના વખતમાં

અથવા ઊંઘતું હોય ત્યારે એકાદ ઢીલું નરમ સૂતરાઉ ઝબલું, ને કમરે લંગોટજ બસ છે. હવામાં ઠંડી કે શરદી હોય ત્યારે ફ્લેનલ, કે ગરમ કાપડની ખંડી, સ્વેટર, ગરમ મોજાં, ગરમ ટોપી વગેરે નો ઉપયોગ સારો પડશે. બાળકને પગમાં ચંપલ કે બૂટ અનુકૂળતા પ્રમાણે પહેરાવી શકાય. બાળકનાં કપડાંના આકાર ગમે તેમ હોય, એ ઊનનાં, કે રેશમ કે સૂતરનાં પણ બલે હોય, પણ તે સ્વચ્છ, ઘોચેલાં, વજનમાં હલકા, સ્પર્શ નરમ, સૂકાં ને હીલચાલમાં નડતરરૂપ ન થાય એવાં ઢીલાં તો હોવાં જ જોઈએ. મોટપણે કપડાં વિશે બાળકોની રુચિનેજ માખાપો અનુસરે તો તે ખોટું નથી.

બીજી પણ થોડીક નાની દેખાતી બાબતો ઉપર ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. દરેક બાળકને પોતાનું જ એશીકું, દાંત સાફ કરવા માટેનું મંજન, તથા વાળ ઓળવા માટેના કાંસકો અને બ્રશ હોવાં જોઈએ. દાંત દિવસમાં એક બે વાર ખરાખર સાફ કરવા, જેથી તેમાં સડો પેસે નહીં. ખરાબ દાંતને લીધે પેટનાં અનેક દરદો થાય છે. માટે તે તરફ ખાસ લક્ષ રાખવું જોઈએ.

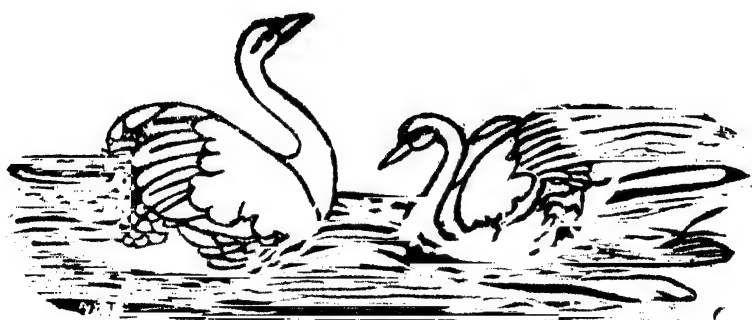
માએ પોતાની આંગળીના નખ ટૂંકા અને ગોળ રાખવા જેથી બાળકને ઉઝરડા ન પડે બાળકના નખ પણ અઠવાડિએ એક વાર અચૂક કાપવા. દાંત આવતા પહેલાં, બાળકને માનું દૂધ જ મુખ્ય ખોરાક હોય છે, એટલે દિવસમાં રોજ ત્રણ કલાકને આંતરે તેને દૂધ આપવું જોઈએ. સવારે પાંચથી રાત્રે અગિયાર સુધીમાં સાત વાર તેને ખોરાક મળવો જોઈએ. બાળકનાં મળાશય બહુ નાજુક હોય છે, તેથી તેને વિશે સંગ્રહણી કે કાઠ રોગનો ભય રાખવો નહીં. ત્રણ ચાર ઝાડા થાય તેથી માનું દૂધ માફક નથી આવતું તેમ ન માનવું. માને જો પુષ્કળ ધાવણ આવતું હોય તો બાળકને બીજા ખોરાકની જરૂરત રહેતી નથી. વરસ દિવસનું થાય પછી જ બાળકને બીજા ખોરાક ઉપર ધીમે ધીમે લેવું.

બાળકનું હાથપગનું હલનચલન ખૂબ જ કરવા દેવું જોઈએ. એ જ એક પ્રકારની એની કસરત છે. એટલે પીઠ પર એને સૂતું રાખી, પગ વડે લાતો મારતું હોય એમ કરવું. ધીરે ધીરે બાળક સરકતા શીખશે, પડખું ફેરવતાં શીખશે. બાળક નવ મહિનાનું થાય પછી તેને નીચે ધસડાવા દેવું

અને બાર મહિનાનું થયા પછીથી જ ચાલવાની ટેવ પડાવવી; તે પહેલાં નહીં. ખનતાં સુધી, માની નજર બહાર, બાળકને ન જવા દેવું. ગમે તે માણસના હાથમાં બાળકને છૂટું ચૂકી દેવામાં બેખમ છે.

ઊંઘવા માટે બાળકને કેટલાક લોકો તખીબી પાવડર કે ગોળી કે કેફી પદાર્થો આપે છે, જે ગંભીરબલ છે. કૂદરતી ઊંઘ જ બાળક માટે ઉત્તમ છે. કેફી પદાર્થોથી બાળક કદાચ ઊંઘે, પણ પરિણામે શરીરે નબળું અને રંગે પીળું થાય છે.

બાળક જે ઓરડામાં સૂતું હોય ત્યાં રાત્રે ક્યારેય પણ એકદમ અંધારું નજ કરવું. ઝાંખો પ્રકાશ ઓરડામાં રહે તે રીતની વ્યવસ્થા કરવી જરૂરી છે. અંધારામાં બાળક અકારણે ડરી જાય છે—હેબતાઇ જાય છે.



# જોરાક નો માવજત

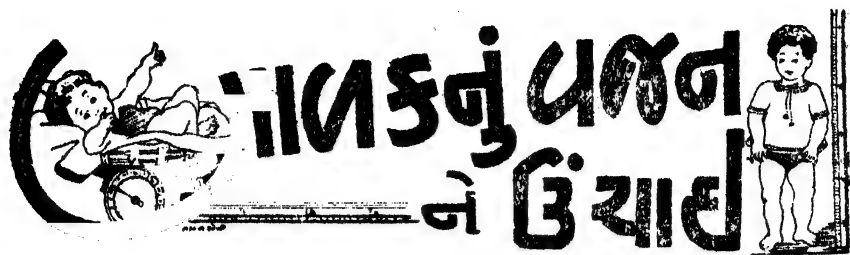
કેટલાક ઘરોમાં, નજર પડતાં જ જોઈએ છીએ કે ખાવાપીવાની વસ્તુઓ ઉઘાડી પડી રહી હોય છે! એના પર માખીઓ બબણતી હોય છે; નાનાં જીવજંતુ ચોંટલાં હોય છે; કીડીઓ પણ જામેલી હોય છે, ને કોઈક વાર ઊંદરડાં પણ એનો સ્વાદ કરતા હોય છે, એ જ પરિસ્થિતિ બજારોમાં વેચાતા ખાવાના માલની હોય છે. આરોગ્યનો સૌથી પહેલો સિધ્ધાંત એ છે કે જોરાકના પદાર્થોને ધૂળ અને માખીઓથી બચાવવો. માખીઓ આપણે માનીએ છીએ તેટલી નિર્દોષ નથી. મોટા ભાગના પેટનાં અને તાવનાં જંતુઓ એને અંગે પેદા થાય છે. ઉનાળામાં, જોરાક દ્વારા બાળકને થતા રોગો માટે માખીઓ જ જવાબદાર છે. માખી ઝેર લઈને ફરતી હોય છે, અને જંતુઓને જન્મ આપે છે. એટલે કોઈપણ ખાદ્ય પદાર્થનો ઉપયોગ કરતાં પહેલાં તેને ઘોંઘાળી નાખવો જોઈએ, અને જો સડેલો કે બગડેલો હોય તો તેને મૂળથી કાપી નાખવો જોઈએ.



જે બાળકોને શાકભાજી કે દૂધની બીજી પાઉંની બનાવટો અથવા પૂરી ન બાવતાં હોય તેમને શાકભાજીનો રસ ગાળી નાખી, તેમાં સહેજ ચોખ્ખા, જવ ઘઉં કે એવો કોઈ પદાર્થ નાખી, ઉકાળી, ઘટ્ટ બનાવી તેનો સૂપ કરીને પાવો. બાળકોને બાફેલા બટાટા અને માખણ પણ ઘણીવાર બહુ ભાવે છે. બટાટાની કાતરી પણ તે હોંશે હોંશે ખાય છે.

બાળક સવા વરસનું થાય પછી તેને શાક, પૂરી, દહીં, રાંધેલા ને પૂરા ચડેલા ચોખ્ખા અથવા દૂધ-પાઉંનું બનાવેલું પુડિંગ બપોરે આપવું. રોટલી અને માખણ અથવા મધ, મુરખો કે એવો કોઈ ગળ્યો પદાર્થ પણ ઠીક માફક આવશે. વાળુ વેળા બાળકને બહુ આગ્રહપૂર્વક જમાડવું નહીં. જમ-રૂખ સફરજન પાચન કરવા મુશ્કેલ છે; ખાસ કરીને પાનખર ઋતુમાં જ્યારે તે પાકાં નથી હોતા ત્યારે. એનાથી સંગ્રહણી થવાનો સંભવ છે. એટલે ખોરાકની બાબતમાં તથા ફળ તથા શાકભાજીની પસંદગીની બાબતમાં બાળકની રુચિ, એનું આરોગ્ય પાચન શક્તિ વગેરે પર ધ્યાન રાખી, પૂરતી માવજત લેવી જોઈએ.





સમય

વર્ણન

હિંચાઈ

જન્મ વેળા:

પહેલું અઠવાડિયું

બીજું ”

ત્રીજું ”

પહેલો મહિનો

બીજો ”

ત્રીજો ”

ચોથો ”

પાંચમો ”

છઠ્ઠો ”

સાતમો ”

આઠમો ”

નવમો ”

દસમો ”

અગિયારમો મહિનો

પહેલું વર્ષ

બીજું ”

ત્રીજું ”

ચોથું ”

પાંચમું ”

છઠું ”

સાતમું ”



પ્રભુનો આદેશ છે કે પ્રાણનાં ધન ખરચી પુત્ર સર્જવા ને  
પુત્રને અમૃત પાઈ ધનભાગ્ય માનવી બનાવવા.



સ્ત્રીને એક બાળક જન્મ્યા પછી, બીજે જ વર્ષે  
 બીજું, ને ત્રીજે વર્ષે ત્રીજું, એમ પરંપરા આપણે  
 ઘણે સ્થળે જોઈએ-સાંભળીએ છીએ. હિંદુસ્તાનમાં  
 આ સ્થિતિ ખૂબ પ્રવર્તમાન છે. એનાં પરિણામે  
 શરીરના વિષયમાં ખૂબ જ ગંભીર છે. હિંદુસ્તાન-  
 માં સ્ત્રીની સુવાવડનો પ્રસંગ બારે ગણાય છે.  
 એ જેટલો આનંદદાયક છે, તેટલો જ ભયભરેલો  
 છે. કારણ આપણી સ્ત્રીઓના બાંધા ખૂબ જ નખળા  
 હોય છે. પરિણામે પ્રતિવર્ષ જન્મતું બાળક પણ  
 એવું જ પાંગળું, માંદલું, નિર્બળ જન્મે છે. આપણે  
 ત્યાં બાળભરણ પ્રમાણના આંકડા વાંચીએ તો  
 આંખ ઊઘડી જાય એવી હકીકતો જાણવા મળે.  
 આ માટે શાણા સ્ત્રીપુરુષોએ બે બાળક વચ્ચે કંઈ  
 નહીં તો થે ૩-૪ વર્ષનો ગાળો રાખવો જોઈએ.  
 આમ ન થાય, તો મા અને બાળક બેઉને હુરાન  
 થવું પડે છે. શરીરમાં પૂરતી ગરમીના અભાવે  
 કાનનાં, નાકનાં, ગળાનાં અનેક દરદો શરૂ થાય છે.

ઊંચાઈને પણ આથી વાંધો આવે છે. તો એક બાળક પાછળ માતા બરોબર ધ્યાન આપી શકે. અને પછી જ બીજા બાળકની કલ્પના એ કરી શકે એવી પરિસ્થિતિ ઊભી થવાની જરૂર છે. બાકી તો રખડતું છૂટું મેટ્રી દીધેલું એક દોઢ વર્ષનું બાળક, ગમે ત્યારે ગમે તે રોગનો ભોગ થઈ પડે.

આવાત પર ખૂબ લક્ષ આપવાની જરૂર છે. બીજા પણ નાની મોટી બાબતો માતાનું ધ્યાન ખેંચે એવી છે. શરદી અથવા સળેખમમાંથી જ બાળકોનાં મોઢાં પ્રમાણનાં દુઃખ દરદોની કથાની શરૂઆત થાય છે. અને એનાં પરિણામો પણ ન કલ્પી શકાય એવાં અતરાજનક હોય છે. બાળકને સહનશીલ અને રીઢું તથા અડીખમ બનાવવું એ ઠીક છે, પણ એને તાણીતૂસીને એવું ન કરવું જેથી તેની જીંદગી ભયમાં આવી પડે. આપણે ઘણી વાર બ્રેસ્ટ એ છીએ કે મા સુંદર અને યોગ્ય વસ્ત્રોમાં, મોસમ પ્રમાણે સજ્જ થયેલી હોય છે ને એનું બાળક વિચિત્ર વસ્ત્રોમાં શિયાળામાં થથરતું ને અને ઉનાળામાં તાપે અકળાતું સાથે ચાલતું હોય છે. બાળકોને ઉઘાડે પગે ફરવા દેવાની રીત પણ

ખૂરી છે. કેટલીએ શાળાઓમાં ઊંચાઊંચા વર્ગોના છોકરાઓ પણ અડવે પગે આવે છે! આને માટે તો સખત નિયમ થવો જરૂરી છે, મોટપણે જો એને જોડા પહેરીને ફરવાનું છે, તો નાનપણથી એ આદત શા માટે ન પાડવી? અને ચંપલ કે ખૂટ એ કોઈ મોંઘી વસ્તુ નથી જે સામાન્ય કુટુંબના માત-પિતાને ન પોસાય!

બાળક રમત-ગમ્મતમાં યા અકસ્માતથી ભોંંચ પર પછડાટ ખાઈ જાય છે. કોઈક વાર તરત હસતું ઊભું થાય છે તો કોઈક વાર એના માથા પર સખત ઈજા પણ થાય છે. આવા જોખમથી બાળકને બચાવવું જોઈએ. માથા પર ઈજા થાય એ ગંભીર છે, કારણ શરીરના બીજા કોઈ ભાગ કરતાં એ ભાગ બહુ નાજૂક છે. એ લગભગ ઘડિયાળ જેવો ભાગ છે. અને જ્યારે ઘડિયાળ હાથમાંથી છટકી જમીન પર પછડાય છે ત્યારે શું થાય છે? તેવી જ રીતે ખાટલા પરથી અથવા બાબાગાડીમાંથી કે ઘોડિયામાંથી બાળક અફળાઈ જાય તો પરિણામે સખત મંદવાડ આવે છે, અથવા જિંદગીભરની ખોડ રહી જાય છે. બનતાં સુધી આવા અકસ્માતોથી બાળકને ખૂબજ કાળજીપૂર્વક બચાવવું જોઈએ.

રાતે બાળકને પરસેવો થયા પછી એનું ઓશીકું માથા તળેથી એકદમ ખેંચી ન લેવું, તેમ જ ઠંડી જગામાં પણ ન લઈ જવું. એને બદલે ગરમ શાલ એની આસપાસ વીંટાળવી.

બાળકને કદાપી માથા પર કે કાન પર માર મારીને ઇજા ન પહોંચાડવી. એનાગી કાન બેહોરા બની જાય છે, અને મગજને ઇજા પહોંચે છે. બાળકને એકદમ ઠંડી અને ભેજવાળી હવામાંથી ખુલ્લી ગરમ હવામાં ન લાવવું. એનાથી એમના ચહેરા પર ઝાળ લાગે છે. બાળક ઓરડામાં પ્રવેશે તે પહેલાં બારીઓ ખુલ્લી થૂંકી ઓરડામાં ફૂદરતી ઠંડક થવા દેવી ઓરડો જ્યારે વપરાશમાં ન હોય ત્યારે તેમાં હવા ઉજસ જાય એવી વ્યવસ્થા તો રાખવી જ જોઈએ. સુવાનો ઓરડો, સુવાના સમય સુધી ખુલ્લો ને મોકળો રાખવો, અને એમાં બંને તેટલી સાધન સામગ્રી ઓછી રાખવી. તળાઈઓ, ઓશીકાં, તકિયા, રજાઈ વગેરે ને વારંવાર ઝાટકવા, ને તડકે નાખવા, તેથી રોગ ઓછા ફેલાશે.

બાળકને ઉપયોગમાં આવતાં કપડાં, બાજોતિયાં, લાળિયાં, ટુવાલ, વગેરે ચીજોને પણ એ જ રીતે સ્વચ્છતાના નિયમોને અનુસરી સંભાળ રાખવી-

ખાળકનું શરીર એવું નાજૂક છે કે એને જરાકમાં શરદી કે ઠંડી લાગતાં અને જરાકમાં ગરમી લાગતાં વાર લાગતી નથી એટલે પોતપોતની રીતે દરેક માતાએ. ખાળકની પૂંઠે પૂંઠે નજર દોડાવી, ખૂબ કાળજી પૂર્વક તેનું જતન કરવું જોઈએ. \*



\* બાળ રોગ અને તેના ઉપાય માટે 'ગૃહિણીમિત્ર' પુસ્તકમાંનું પાન ૧૪૨ ઉપરનું 'બાળચિકિત્સા' પ્રકરણ વાંચો.





અહિયાં જાળમુંડનને લગતી વિગતો ટુંકામાં લખો.

જાળમુંડન કેટલી ઉંમરે કરાવ્યું ? .....

" કયાં કરાવ્યું ? .....

" ની તીથિ ને તારીખ .....



અહિયાં જાળામાં જવાનો વિધિને લગતી હકીકત ટુંકામાં લખો.

જાળામાં બેસાડવાની તીથિ .....

" બેસાડતી વખતે બાલકની ઉંમર .....

જાળાનું નામ તથા સ્થળ .....

વર્ગ શિક્ષક કે શિક્ષિકાનું નામ .....



અક્ષ સંબંધ વિષેની વિગત ટુંકામાં લખો.

અક્ષ સંબંધ કરાવ્યાની તીથિ.....

” વખતે જાલકની ઉંમર.....

” નાં ગુરુનું નામ } .....

તથા સ્થળ } .....



ઉપનયન સંસ્કારને લગતી વિગત ટુંકામાં લખો.

ઉપનયન સંસ્કારની તીથિ.....

” ” નું સ્થળ.....

” ” માં હાજર રહેલા } માનવંત મહેમાનો } .....

” ” માં મળેલી ભેટો .....

” ” વીધિ કરાવનાર ગુરુજી .....



જુદા જુદા વિધિ પ્રસંગે  
હાજર રહેલા વડીલો અને  
સ્વજનો



.....

.....

.....

.....

.....



જુદા જુદા પ્રસંગે  
મળેલી ભેટો



.....

.....

.....

.....

.....



બાળકને બાટલીથી દૂધ પાવાની ટેવ પાડવામાં જે થોડીક કાળજી રાખવામાં આવે તો એ પ્રથા પણ સાવ ખરાબ નથી. શહેરોમાં બાળક માટેના દૂધને ઉકાળવું; કારણ એક હાથથી બીજા હાથમાં જતાં, દૂધમાં જંતુઓ પ્રવેશવાનો મોટો ભય રહે છે. જે દૂધ સારી રીતે જળવવામાં આવે, ને સ્વચ્છ રહે ને સેળભેળ ન થાય તો ઉકાળવું જ જોઈએ એવી જરૂરત નથી. ઉઘાડું રહેલું દૂધ કે પાણી તો કદી બાળકને પાવું નહીં, દૂધને ઠંડી જગામાં, સ્વચ્છ રીતે રાખવું. જે તેમાં ખટાશનો સ્વાદ હોય તો એનાથી પીચોટી કે સંગ્રહણી થવાનો ભય ખરો. દૂધમાં, ઉનાળાના દિવસોમાં એકાદ ચમચો ચૂનાનું પાણી ભેળવીને આપવું.

બાળકને ગાયના દૂધ પર રાખવામાં આવતું હોય તો દૂધની બાટલીને, એના પીધા પછી, પહેલાં ઠંડા પાણીથી ને પછી ગરમ પાણીથી ખરાબર હલાવીને સાફ કરવી, ડાઘા પડ્યા હોય તે કાઢી નાખવા, ને સૂકવવી. પાંત્રીસમાંથી લગભગ

નવ ગાય દૂધ આપવા જેવી હોતી નથી, એ પ્રમાણુ જે આપણી માતાઓને સમજ પડે, અને એમાં થતી પાણીની સેળભેળથી તાવનાં ને બીજા રોગનાં જંતુઓ કેવી રીતે પ્રવેશે છે તે સમજાય તો જરૂર માતાઓ પોતાનાં બાળકને બાટલીને બદલે પોતાનું દૂધ જ પાતાં શીખે. દૂધ દ્વારા ફેલાતા રોગના તથા મરણના આંકડા ને હટીકતોની વાતો આંખ ઉઘાડી દે એવી છે.

જે ઘરોમાં કૂતરાંઓને હાંશે હાંશે પાળવામાં આવે છે, તે જ ઘરોમાં જે બાળકોના દૂધની દ્રષ્ટિએ બકરીઓ રાખવામાં આવે તો તેનો ઉપયોગ વધારે છે. દૂધ જ્યાંથી આવતું હોય તે કોઠાની અવાર નવાર મુલાકાત લેવી જોઈએ, અને ત્યાં ઢોરઢાંખરને જે પાણી અપાય છે તે પણ તપાસવું જોઈએ. ગાયો જ્યાંથી પાણી પીએ છે તે કૂવા પાસેની નહેરો, અથવા વાવ, અથવા બાંધેલાં તળાવો સ્વચ્છ છે કે કેમ તે પણ જોવું, અને જે વાસણોમાં દૂધ ભરવામાં આવે તેની પણ દેખભાળ સારી રીતે રખાવી જોઈએ.

ગાય ભેંસ કે દૂધ આપતાં બીજા પ્રાણીને દોહતાં પહેલાં દોહનારે પોતાના હાથ, અને તે પ્રાણીનાં આંચળ ખરોખર સાફ કરવા જોઈએ.

દોહવાની જગાની આજુબાજુ ભેગા કરેલા ખાતરના મોટા ઢગલાઓ જમા ન થવા દેવા જોઈએ. એમાંથી દુર્ગંધ આવે છે, અને માખીયો તથા બીજા જંતુઓ ઊડ્યા કરે છે. કેટલાક કોઠા તો એવા અંધારા હોય છે કે વર્ષો સુધી ત્યાંની જમીન પર સૂર્યનો પ્રકાશ પણ પડ્યો હોતો નથી.

જનવરોને જે રીતે, ઉઘાડામાં, લીનામાં અને ઠંડકમાં આખીરાત રાખી મૂકવામાં આવે છે એ રીત શરમજનક છે. દરેક ઢોરઢાંખર માટે એક છાપરું બાંધેલો કોઠો હોવો જોઈએ. એમાં ભેજ ન હોવો જોઈએ માણસની માફક ઘણાં જનવરોને પણ દમ કે એવા બીજા વ્યાધિઓની પીડા હોય છે. આખલાઓની ઓલાદ સુધારવા પ્રત્યે જેટલું ધ્યાન આપવાની પ્રવૃત્તિ થાય છે, તેના કરતાં વિશેષ પ્રવૃત્તિ, દૂધ આપતી ગાય તરફ ધ્યાન દેવાની થવી જોઈએ. ઉઘાડામાં રાખી મૂકેલ ઢોરઢાંખરને, શરીરને ગરમ કરવા માટે વધારે ખોરાકના બળતણની જરૂર પડે છે, એટલે ગાયભેંસ રાખનારે એમને માટે કોઠાની વ્યવસ્થા કરી હોય તો સરવાળે તો તે જ સસ્તી પડે છે. અંતમાં આવી નાની જણાતી બાબતો તરફ આપણે સૌએ ધ્યાન આપવું જોઈએ.



# મિત્રનું પરેલો રમી

.....

.....

.....



# બાળકની પરેલો પા-પા પગલી

.....

.....

.....

# બાળકના પ્રથમ શબ્દોચાર

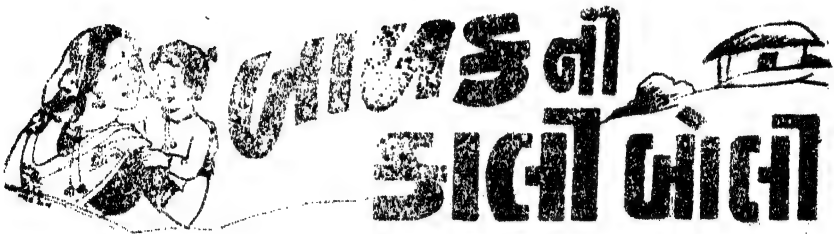
તારીખ.....

સ્થળ.....

.....

.....

.....



અહિંયાં એના શબ્દો નોંધો અને તે કયા અર્થમાં બોલાયા છે તે લખો

.....

.....

.....





# શા. રીક. ર અસ્વચ્છતા

બાળક માંદું હોય, એટલે કે જ્યારે એને તાવ હોય, ત્યારે એનું મોં વારંવાર સુતરાઉ કપડાના સ્વચ્છ કપડા વડે લૂછવા કરવું એ કપડાને ઠંડા પાણીમાં પલાળી રાખવું. ઉપરાંત, ગરમ કરેલું અને પછી ઠંડું થવા દીધેલું પાણી એને સારા પ્રમાણમાં પાવું. વૈદકીય કે તબીબી મદદ તોઆપણે તુરત લઈએ જ છીએ, એટલે એ દવાઓ પણ, બાળકની થોડીક રોકકળને ગણકારતાં પાવી જ. અવારનવાર ખરફના નાના ટુકડાઓ પણ મોંમાં રાખવા આપવા.

બ્રૉકાઈટિસ (સસણી વરાધ) થાય ત્યારે છાતી ઉપર ગરમ કપડું (થર્મોજિન વૂલ) વીંટાળવું. ને સવારના પહોરમાં એક જમ ભરીને ગરમ પાણી પાવું. પીચોટી થાય છે, ત્યારે બાળકને એરંડિયું ઘણું ફાયદાકારક છે. રાતે સૂતી વખતે તે આપવું.

ગળું ખરાબ થઈ ગયું હોય અથવા મોંને સ્વચ્છ કરવું હોય ત્યારે હાઈડ્રોજન પેરૉક્સાઈડ ઘણું ઉપયોગી નીવડે છે.

આંખ ધોવા માટે, પાણીમાં ઓગાળેલો ઘોરીક પાવડર ઘણો અકસીર છે. ધા ઉપર એ જ ઉત્તમ છે. પરસેવો વળતો હોય તેવા પગની ચામડી પર પાવડર તરીકે એનો ઉપયોગ થાય છે.

ધા અથવા ખચકાંથી ભૂરું કે કાળું એવું લોહી આજુબાજુ જમી જાય તો તેના પર આર-નિકાનું ટીંકચર વાપરવું. ધા ઉપર નહીં, પણ એની આજુબાજુ એ લગાડવું. ફટકો પડ્યો હોય ને તેનાથી સોજે ચડ્યો હોય ત્યારે પણ એ ફાયદો કરે છે.

શરૂઆતનાં થોડાં અઠવાડિયામાં, ખાળકને ઓલિવ ઓઇલ આપવામાં આવે તો તેનાથી એને ઠીક પોષણ મળે છે. ખાળકના હાથમાં દવાની ખાટલીઓ ન જાય તેની ખાસ તકેદારી રાખવી.

ખાળકને ખુલ્લી ખારી પાસેથી, અને અગ્નિ રાખવાની જગાએથી અથવા સગડી કે સ્ટવ પાસેથી દૂર રાખવું. ખાળકના કપડાં એના હાથ પગ છાતી તથા ગરદનને હોરાન ન કરે એ રીતે પહેરાવવાં તથા પસંદ કરવાં. ખાળકના પગ ભીના ન થવા દેવા. એના ખૂટમાં સારો જાડો કાગળ કાપીને ગોઠવવો; એનાથી ભેજ લાગશે નહીં.

જેડા કેટલીકવાર અંદરથી ખાડુ સારી રીતે ખાના-  
વેલા હોતા નથી. જે કે ત્રણ દિવસ પહેર્યા પછી,  
નીચેના સોલની લાઇનિંગ તૂટી જાય છે, અને નાની  
ખીલીએ ખાહાર નીકળી આવે છે. આ નજીવી  
ખાખત ઉપર લક્ષ આપી, ખીલીને ઠોકીને બેસાડી  
દેવી અથવા ખાહાર કાઢી લેવી. ખાખકના ખૂટને  
'હીલ' લગાડી આપવી. એનાથી ખાખકને ચાલ-  
વામાં રાહત રહે છે.



# બાળક ની માંદગીને અકસ્માત વિગેરેની ઉપચાર તોંધ



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# ખાંટગી કે અકસ્માત પેલા હાજર રહેલાં ડૉક્ટર યા વૈદનું નામ

.....

.....

.....

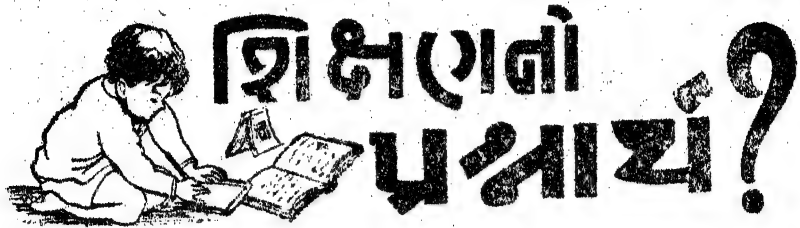
.....

.....

.....

.....

.....



બાળકોનો ઉછેર પરિસ્થિતિ અને સંબંધો અનુસાર થવો જોઈએ, અને એમને પોતાની જાત વિશે પણ થોડું જ્ઞાન આપવું જરૂરી છે. ખાસ કરીને એમના શરીરના જુદાજુદા ભાગોનું જ્ઞાન એમને હોવું જોઈએ, અને એની માવજત કેમ કરવી તે પણ સમજાવવું જોઈએ. સાથે સાથે એમની ફરજો, એમના અધિકારો, અને જવાબદારીઓ પ્રત્યે એમનું ધ્યાન દોરવું જોઈએ. જે રાષ્ટ્રમાં સ્ત્રીઓ સન્નિષ્ઠાવાળી, ગૌરવવાળી, પૂજનીય હોય અને એમના પુત્રો એમનું યોગ્ય સન્માન કરતા હોય, તેજ રાષ્ટ્ર સંસ્કૃતિને પંથે છે એમ કહી શકાય. પુરુષો પોતા જે યુવતીઓને પત્ની તરીકે પસંદ કરે છે તેનામાં આ ગુણોની અપેક્ષા રાખે છે. જે દેશમાં આ ગુણો માટે આગ્રહ નથી સેવાતો તેની આખરે અધોગતિ જ થાય છે. એટલે સ્ત્રીઓએ પણ પોતાની જવાબદારી સમજી લેવી જોઈએ. સ્ત્રીએ બાળકની પરિચારિકા અને માથે સાથે બનવાનું છે. પોતાના ઓરડાની દીવાલો

પરનાં ચિત્રો, રમકડાં, ઘરનું રાચરચીલું વગેરે ચીજો એવી રીતે પસંદ કરવી જોઈએ કે જેથી નાનપણથી જ બાળકની રસદષ્ટિ કેળવાય—બાળકોને સુંદર રંગો ખૂબ આકર્ષે છે, ને તેથી જ નાના સરખા ફલાવર વૉજ—ફૂલદાનીનો એ રમકડા તરીકે ઉપયોગ કરે છે.

સૌથી પ્રથમ બાળકની શારીરિક ને માનસિક સ્વસ્થતા કે આરોગ્ય તરફ ધ્યાન રાખવું જોઈએ. ઇતિહાસ, સાહિત્ય, શિલ્પ, ખગોળ શાસ્ત્ર વગેરે વિષયો પર બાળકોને સહેજે સમજાય અને આનંદ પડે એવાં નાનાં પુસ્તકો લખાય છે. જૂના વખતમાં તો બાળકના હાથમાં પોતે કયું પુસ્તક મૂકે છે તેની ચોકસાઈ માતા-પિતા પહેલેથી જ કરી લેતા. બાળકને સિનેમાનું આકર્ષણ હોય એ સ્વભાવિક છે. પણ માત્ર પિતાએ, જેનાથી બાળકમાં જ્ઞાનના સંસ્કાર સ્પીંચાય તેવું જ ચલચિત્ર તેને બતાવવું જોઈએ. જ્ઞાન ઉપરાંત એની રુચિને પણ ઊંચે ચડાવે જુદા જુદા દેશોની, દેશોના માણસોની અને તેના ઘડવૈયાઓની કથા તેમને શીખવે એવાં જ ચિત્રો તેમને ઉપકારક નીવડે. બાળકને તો તેજની માફક તુંકરો ખસ થવો જોઈએ. નાના ઘોડાને જેમ બરોબર દોરવો જોઈએ તેમ બાળકને પણ એના

વિચારોને ચોખ્ખી નીકમાં વાળવા બેઠા. બાળપણની કુળવણીને મોટપણનો પાયો માનવી બેઠા. એવું વિધાન ફિલસૂફ પ્લેટો ઠીક જ કરી ગયો છે.

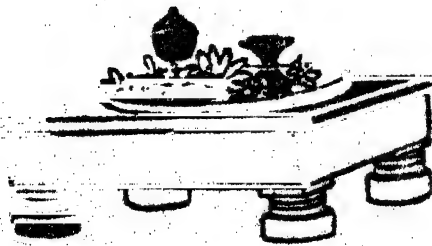
બાળકને પાછું શીખવાનું તો ઘણું હોય છે. એટલે એના નાના કૂમળા મગજ પર બાર ન થઈ જાય ને એ કંટાળી ન જાય તેમ શિક્ષણ હળવું થવું બેઠા. બાળક રોજ થોડું થોડું ગ્રહણ કરે; અને બીજી ચીજોમાં રસ ધરાવતું થાય એટલું બસ છે. બાળકને પોપટિયા ગોખણપટ્ટીથી ઉગારી લેવું બેઠા, અને અટપટા પ્રશ્નોથી એને મૂઝવવું ન બેઠા. પ્રશ્નોના ઉત્તર એમને કહો, ને એ ઉત્તર કેવી રીતે આવ્યો તેનાં કારણો પૂછો, ને એમાં રસ પેદા થવા દો. બાળકને બધી વસ્તુઓ સહેલી થતી હોય અને રમતરમતમાં શીખાતી હોય તે જ ગમે છે.

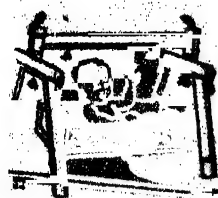
બાળકને કદી પણ એસમજ અને વામણાં માની એની સાથે વર્તુણુક ન કરવી બેઠા. ઊલટું, એમનું વ્યક્તિત્વ ખીલે, બહાર આવે, એવા પ્રયત્નો કરવા બેઠા; અને એમના કેટલાક તુક્કાઓને, તરંગોને કે વિચારોને સમજવા ને માન આપવાનો યત્ન પણ કરવો બેઠા.



કેટલાકો આ પદ્ધતિથી ખીકમાં પડી જાય છે. એમને લાગે છે કે આ રીતે બાળક બગડી જાય છે. આવી દહેશત રાખવાનું કશું કારણ નથી. ઊલટું, કેટલીક માતાઓ બાળકને ધાટી, આયા, કે નોકરાણીના હાથમાં છોડી દે છે, ને એ જ શીખવે તે શીખવા દે છે એમાં વધારે બય રહેલો છે.

બાળક કેમ ચીડિયું બની જાય છે, એનાં કારણો માએ શોધી કાઢવાં જોઈએ. બાળકને બાળપણમાં કેળવવામાં પૂરતું ધ્યાન, પૂરતી કાળજી, પૂરતી સમજ અને પૂરતી વિવેકશક્તિ વાપરવાં જોઈએ. બાળપણનો ગયેલો વખત કદી પાછો આવતો નથી. એ સમયને એવો સુંદર ને સોહમણો બનાવવો જોઈએ કે મોટા થઈને એ દિવસોની યાદ કરતાં આપણે આનંદ પામીએ.





# દાદરડી



બાધ ! બાધ ! કડું છું.  
 બાધ વિના ભૂલી ભમું છું,  
 બાધ કાઢ્યે રે દીઠા,  
 મહાદેવની વાડીમાં પેઠા;  
 વાડીનાં ફૂલડાં વેડાવું,  
 બાધને ઘેર તેડાવું.

બાધ ! બાધ ! હું કરતી'તી,  
 બાધ ! વિના બૂલી ફરતી'તી.

બાધ કાઢ્યે દીઠા,  
 મહાદેવની દેરીમાં પેઠા.

દહેરીએ દહેરીએ દીવા કરું,  
 બાધ મારાના વિવાહ કરું.

રાજની છોડી કાળી,  
 વહેલ ઝાંપેથી પાછી વાળી.

હાલા-વાલા ને હલકી,  
 આંગણે વાવો ને ગલકી.

ગલકીનાં ફૂલડાં રાતાં,  
 બાધના મામા છે માતા.

હાલા-વાલા ને હાંસી,  
 લાડવા લાવશે બાધની માસી.

માસી જશે માળવે,  
 બાધનાં જતન કરી કાણુ જાળવે?

હા લા-વા લા ને હૂં વા,  
 લાડવા લાવશે બાધના ફૂંવા,

ફૂંવાની શી પેર,  
 લાડવા કરશું આપણે ઘેર,

ઘરમાં ઝાઝા ધી ને ગોળ,  
 ધી નાખ્યા અચ્છેરે તોલ.  
 ભાઈ મારો છે અટારો,  
 ધી ને સાકર ચટાડો,  
 ભાઈ મારો છે લાડકો,  
 પાઉં દૂધ-સાકરનો વાડકો.  
 ભાઈ મારો છે ગોરો,  
 ભાઈની ડોકમાં સોનાનો દોરો.  
 ભાઈ મારો છે રાંક,  
 હાથે સોનાનો વાંક,  
 વાંકે મોતી થોડાં,  
 ભાઈના મામાને ઘેર ઘોડાં.  
 વાંકે વાંકે જળી,  
 ભાઈ મારો પહેરે દા'ડી.  
 ભાઈ કોઈએ દીઠો,  
 ભાઈ તો ભરી કોઠીમાં પેઠો,  
 કરકર ઘઉં તે ખાય,  
 ભાઈ મારો મોટેરો થાય.  
 ભાઈ મારાને શું વખાણું?  
 ભાઈના ગુંજમાં સોનાનું નાણું.

બાધ મારો રે ડહો,  
પાટલે બેસીને નહાયો.

પાટલો ગયો છે ખસી,  
બાધ મારો ઉઠ્યો રે હસી.

બાધ બેસે છે અગાસી,  
લાડવાં લાવે બાધની માસી.

માસી ઢુંકડી છે નહીં,  
ને રૂંધ દુઃખણાં લે નહીં.

બાધ મારો આવડો તેવડો,  
શણગાડં તો થાય પરણવા જેવડો.

બાધ મારો છે હુવેયો,  
બાધને બાવે રે સેવેયો.

બાધ કોઠાએ દીઠો,  
બાધ તો ભરી કોઠીમાં પેઠો,

કર કર ઘઉંડા ખાય,  
બાધ મારો કાલ મોટો થાય.

બાધ છે મારો વેપારી,  
ખાજરો લાવશે બે પાલી,

બે પાલીએ થાય નહીં,  
બાધ જમવા બય નહીં.

જે પાલીને ઉધારો,  
 બાધ મારા ને સુધારો.  
 બાધ મારો વણુનરો,  
 સાદ કરી ને શણુગારો.  
 સાદ કર્યો છે શેરીમાં,  
 બાધ રમે છે દેરીમાં. §



§ આવાં બીજાં શ્રીકૃષ્ણના હાલરડાં અને કુટુંબગીતા 'મામાનું' ઘર ફટકે ? ' પુસ્તકમાંથી લીધેલું.



‘મા’ એ એકાક્ષરી શબ્દમાં કેટલી શક્તિ ભરી છે. એ તો જેને માના અપાર હૈતનો અનુભવ થયો હોય તે જ કહી શકે. માંદા બાળકના કપાળપર ફરતો માનો મૃદુ હાથ એની અડધી વેદના હળવી કરી નાખે છે. સ્ત્રી જીવનની પરાકાષ્ઠા અને લક્ષ્ય જ માતૃત્વની પ્રાપ્તિમાં છે. જમુનાના જળમાંથી દડો કાઢવા પડેલા સામળિયાને સંભારી, જશોદાજી વિલાપ કરે છે. ને કહે છે: ‘ભૂખ્યા છું કહી પેટ દેખાડે, મને મા કહીને બોલાવે.’ એમાં જ બાળકના ‘મા’ શબ્દ પાછળ રહેલી લાગણીનું માપ આવી જાય છે. જ્યાં, જે ઘરમાં મા, ધીરે ને માયાળુ અવાજે બાળકને બોલાવતી રમાડતી હોય તે ઘર સ્વર્ગ જેવું છે. જે ઘરમાં સ્ત્રી અને પુરુષ, એટલે પતિપત્ની વચ્ચે ગાઢ ને સાચો પ્રેમ હોય, તે જ ઘરમાં બાળકો પણ માબાપના પ્રેમના પૂરા અધિકારી નીવડે છે. એવાં માબાપ પોતાના બાળકને મારે ગમે તે ભોગ આપતાં પાછાં પડતાં નથી.

ઉતાવળે લગ્ન કરી લેવા, ને જિંદગીભર પસ્તાવું એ ઠીક નથી. સારી અને અનુકૂળ પત્નીની પસંદગી માટે થોડી રાહ જોવી ખોટી નથી. એવી સલ્ણી, ગુણવંતી, પત્ની પામ્યાથી, ઘરમાં જાણે પ્રભુની પ્રસાદી આવી હોય એમ લાગે છે. એવી પત્ની પરિણીત જીવનનો આદર્શ સમજતી હોય છે. જે ધર્મકાર્ય માટે એ પુરૂષનો હાથ ઝાલે છે. એ કાર્ય ફળતાં, એ પાતાનું સમગ્ર ચિત્ત એમાંજ પરોવે છે. બાળક એ માતાના જીવનનું એક અંગ જ બની જાય છે. એટલે એની નાની મોટી દરેક ઊઠવેઠ કરતાં મા કંટાળતી નથી; ઊલટું પૂરા ઉત્સાહપૂર્વક અને બાળકને જરીયે તકલીફ ન પડે એ રીતે બધું કામ પતાવે છે.

પુત્ર કે પુત્રીનાં નાનાં ઝબલાં, બોચલા, ચડી, નાની બંગડી, કાનનાં લોલકાં, ગળાની કંઠી, હાથની પહોંચી, ચાંદલો, રમકડાં, કેટકેટલી નાની મોટી ચીજો પાછળ મા પોતાનો સમય આપે છે, ને કેટલી કાળજીથી દરેક વસ્તુને સંભાળે ને સાચવે છે ! એ બધાની પાછળ બાળક પ્રત્યેના અનુરાગ રહેલો હોય છે. નાનું



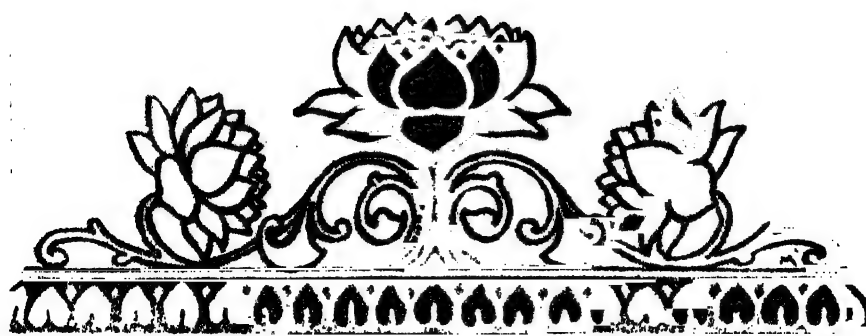
બાળક પણ બુદ્ધિમાન નહીં તો યે સમજણું તો હોય જ છે. મા એની પાછળ આ બધું કરી છૂટે છે એ વાત એના ધ્યાન બહાર રહેતી નથી; ને એક પ્રકારની ઊંડી મમતા એને પણ બંધાય છે. એટલે જ મા ને પુત્રના પ્રેમનો રોપો દુનિયામાં સૌથી વિશેષ સમૃદ્ધ ને સંસ્કારી નીવડે છે.

બાળક માતાની બાવિ આશારૂપ છે. એ આશા ફળે છે તો માતાને જીવન સાર્થક થયું લાગે છે. નથી ફળતી તો માતાના દુઃખનો પાર રહેતો નથી. પરંતુ જગતભરમાં એવી કોઈ માતા નહીં હોય, જેણે પોતાની આશાઓ ફળવતી ન કરનાર બાળકને શ્રાપ આપ્યો હોય! આમ માતાનો પ્રેમ નિઃસ્વાર્થ હોય છે.

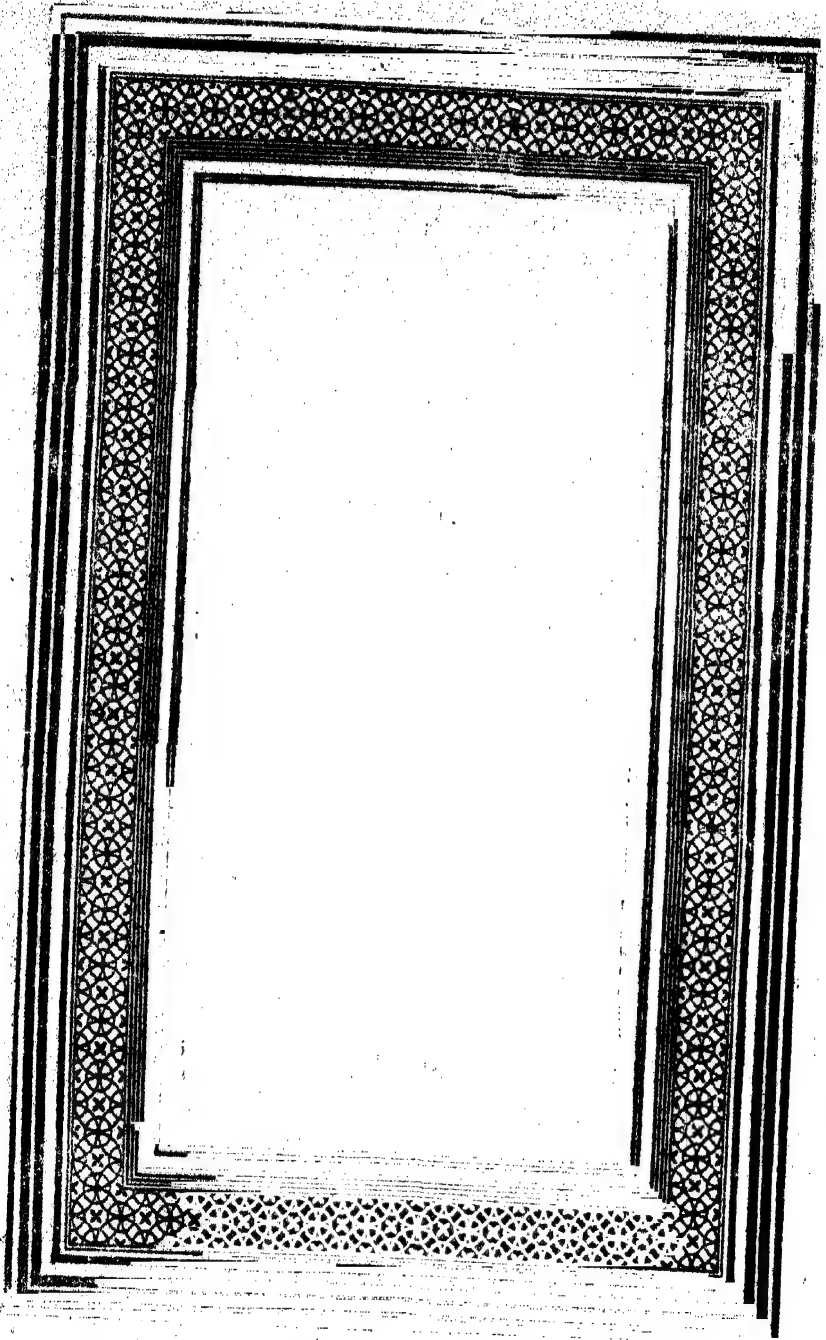
દાડમની કલી જેવા દાંત, હોઠ પરનું મંદ સ્મિત, મીઠી કાલી બોલી, પા પા પગલી—કોઈ પણ માતાને પોતાનાં બાળક પ્રત્યે વહાલ ઉપજવવાને આ પૂરતું નથી? ને ઊંઘવા માટે રડતું બાળક, જ્યારે ઘોડિયામાં કે પારણામાં પડે છે અથવા તે હીંચકે હીચાળાય છે, એની પીઠ પર મા થાપડે છે, ને એ વેળા માના કંઠમાંથી મીઠાં હાલરડાં નીકળે છે, એ સાંભળવાની પણ અનેરી મોજ છે.

મા પોતાના બાળકને જાણે રાજકુંવર બનાવી દે  
છે, એને જમા ને પાઘ પહેરાવે છે, હાથમાં તલ-  
વાર આપે છે, ભેટ બંધાવે છે, પગે મોતીની  
મોજડી પહેરાવે છે, ને દિગ્વિજય કરવા મોકલી  
આપે છે ! આવી રમ્ય કલ્પનાઓ કરતી માનો  
સાદ બાળકને નિદ્રાના ઝોળામાં મોકલી આપે છે.  
આમ બાળક માની મોંઘી દોલત છે.

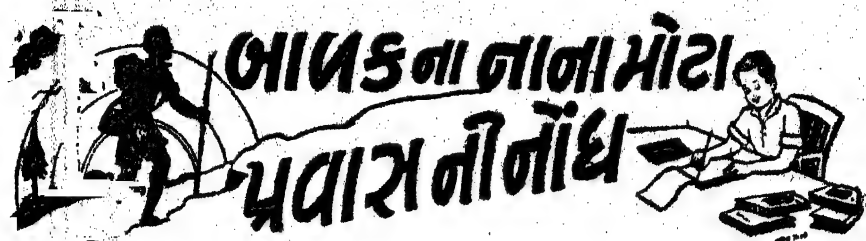
એક ગરીબ સ્ત્રી પાસે મશ્કરીમાં ક્રોધએ મોંઘાં  
ઝવેરાત માગ્યાં, ત્યારે વિચાર કરવાને પણ થોભ્યા  
વિના એ સ્ત્રીએ તુરત પોતાના નાનાં બાળકો તરફ  
આંગળી ચીંધી કહ્યું : આ રહ્યાં મારાં રતન !



[ ગાંધીજીના હાટો ખાટકાવા નામ ઉમરની વધ લખો ]



ઉમર વધ.....



# જાળકના જાળા મોટા પ્રવાસ ની નોંધ

રેથળ

સમય

જે કેળવણી જાળકના ચરિત્રને ઘડતી નથી તે કેળવણી  
મિથ્યા કાળજીગામણી છે.



રામનવમીને દિને કોણ જન્મ્યું હતું? કૃષ્ણા-  
ષ્ઠમીનો ઉત્સવ કોને નિમિત્તે ઊજવીએ છીએ?  
ગૌતમ અને મહાવીર, અને ભગવાન ઇશૂને શા  
માટે સંભારીએ છીએ? એ યુગપુરુષ મહાત્મા-  
ઓને જગત કેમ પૂજે છે? એ બધા નમ્ર હતા,  
માયાળુ-દયાળુ હતા. નાના જીવ પ્રત્યે પણ  
'આત્માપમ્ય'થી દયા કરનારા એ સાધુઓ હતા.  
કદીએ કઠોર શબ્દ તેઓએ ઉચ્ચાર્યો નથી. આપણી  
સંસ્કારપરંપરાના એ મહાસ્વામીઓ હતા. આજે  
હજાર હજાર વર્ષે થે એમનાં પુણ્યપવિત્ર નામના  
ઉચ્ચારથી આપણે પાવન થઈએ છીએ.

એ પુરુષોના જીવનમંત્રોનો નિયમિત અભ્યાસ  
ને એ અભ્યાસ દ્વારા સ્વ-ઉન્નતિ, સ્વ-ઉદ્ધારનો  
પ્રયાસ એ જ આપણું મુખ્ય કર્તવ્ય હોઈ શકે.  
આ મહાપુરુષોનાં જીવનચરિત્રોનો અભ્યાસ કરતાં  
કરતાં આપણે એવા વિચારો કરતા થઈએ છીએ  
કે જે આપણને જીવનભર પ્રેરક નીવડે. આમ

હોવાથી, નાનપણથી જ બાળકોના આદર્શો, એમની મહત્ત્વાકાંક્ષાઓ ને વિચારોને પુષ્ટ થવા દેવા જોઈએ; એમના વિસ્તારનું ક્ષેત્ર વ્યાપક થવા દેવું જોઈએ. બાળકનો સ્વભાવ જ કૌતુકવાળો હોય છે. બાળક માબાપને કેટલીકવાર પ્રશ્નો પૂછે છે, તે એમને ચીડવવાની વૃત્તિથી નહીં, પરંતુ એમનામાં એટલી કુદરતી કૌતુકવૃત્તિ રહેલી છે તેથી આવાં બાળકોના એવા પ્રશ્નોનો સાચો ઉત્તર જ હંમેશા આપવો જોઈએ. એમની જિજ્ઞાસાને રોકવી જરૂરી નથી.

‘મોટપણે બધું શીખશે’—એ રીતે એના પ્રશ્નોનો ઉત્તર કદી ન આપી શકાય. બાળકનામાં જો પ્રશ્ન પૂછવા જોઈલી બુદ્ધિ આવી ગઈ હોય, તો એ પ્રશ્નનો ઉત્તર પોતાથી મોટાંઓ પાસેથી મેળવવાનો પણ અધિકાર એને પ્રાપ્ત થઈ ચૂક્યો માનવો જોઈએ. આ બધા પ્રશ્નોમાં જેને આપણે સૌથી વધુ ગંભીર પ્રશ્ન માનીએ છીએ, જે પ્રશ્નનો ઉત્તર આપતાં સામાન્ય રીતે દરેક માબાપ અચકાય છે, એટલું જ નહીં, પ્રશ્ન સાંભળતાં જ આંચકો પામે છે. એ પ્રશ્ન છે બાળક ઉત્પન્ન ક્યાંથી થયું? ને આવા પ્રશ્નોથી બચ પામી,

આ શંકા કુશંકાઓથી મનને ભરી દઈ. બાળકને ધમકાવવાનો કે મારવાનો કોઈ અર્થ નથી. ઊલટું, માતા પોતાના બાળકને સમજાવે કે પોતે કેવાં કષ્ટ વેઠ્યાં છે. કેવી આપદાઓમાંથી પસાર થઈ પ્રભુની પ્રસાદીરૂપ એ બાળકને પામી છે, એની પાછળ પોતે કેવું વાત્સલ્ય રાખે છે. ને એ બાળકને પોતે કેટલા પ્રેમથી ચાહે છે. તો અલખત્ત, બાળક માને વધુ ને વધુ પ્યાર કરતું થશે. મા પ્રત્યેની પોતાની ફરજોનું એને કુદરતી જ જ્ઞાન થશે. મા બાળકને સમજાવે કે પોતાને મન બાળક એ કેવી અમૂલ્ય સંપત્તિ છે; કે જગતમાં કેટલીક વસ્તુઓનાં મૂલ્ય જ નથી થતાં. વાહાણું બાળક, મીઠી મા, વફાદાર પત્ની, ને એવો જ સ્નેહાળ પતિ. બધી જીવનની ઉમદા ભેટો છે. ને દરેક માટે યોગ્ય વિચાર પૂર્વકની સંભાળ લેવાવી જોઈએ.

એક મહાન લેખક લખે છે: ‘સત્યનિષ્ઠ થાઓ, જગતની ઐશ્વર્ય વસ્તુ પ્રાપ્ત કરવા માટે મથો. એ વસ્તુની પૂજા કરો— મનથી, હૃદયથી, ધૃત્યથી, કેટલીક વાર મહાન ઉદારચરિત ધર્માત્માઓને પણ જગતનાં દુઃખો આવી પડે છે. એમનો જીવનનો ભાર ઉપાડવાનું પણ એમને મુશ્કેલ થઈ

પડે છે. પણ તેઓ નથી કશું ઊછીકું લેતાં, નથી  
લીખ માગતાં. તેઓ ઝઝૂમે છે પોતાના બાહુ-  
બળપર, પોતાની મહેનત મજૂરી પર. અને  
આમ છતાં આવા મહાત્માઓ હંમેશ નિર્દોષ, નમ્ર,  
અનુધાત હોય છે. જે પૂજનને યોગ્ય હોય છે  
તેની હંમેશ પૂજા પણ કરતા હોય છે. એ તો જે  
દુરાત્માઓ હોય છે તે જ છલકાય છે. મહાત્મા-  
ઓ 'સત્ય'નાં સૂત્રોનાં ઠેરઠેર પાટિયાં લટકાવતા ફરતા  
નથી. પણ એઓ હંમેશ સત્યને પક્ષે હોય, સત્યનું  
જ ઉચ્ચારણ કરે, સત્યથી જ વર્તે, ને સત્ય પર જ  
જીવન નિભાવે. કેટલાક પુરુષો એવા હોય છે, જેમને  
જોતાં જ આપણને એમના સુખી બાલ્યકાળની  
અને એમના શાણા સમજી માતાપિતાની ખાતરી  
થઈ જાય. જગતભરમાં જે રાષ્ટ્રો નેતૃત્વ ભોગવે  
છે, તેની પ્રજામાં, તેના પુરુષોમાં કાર્યપ્રેમ, ગૃહ-  
મમત્વ, બાળક પ્રતિ વાત્સલ્ય, માયાળુતા ને  
સત્યનિષ્ઠાના સદ્ગુણો આગળ તરી આવતા જ  
હોય છે. ધર્મ આપણને જે ઉપદેશો આપે છે,  
નીતિ આપણને જે પાઠ શીખવે છે, તે ઉપરાંત  
ખીજું પણ ઘણું આપણી મેળે શીખી લેવાનું  
હોય છે. સૌથી પ્રથમ તો જે સાચું છે, સારું



છે તેનું તે જ કારણે આચરણ કરવું. સારું ને સાચું શું છે તે સમજવું. જીવનયાત્રામાં દરેકને માથે આવી પડે છે તેવી અગત્યની મહત્વની બાબતો જાણવી; મનને વિચાર કરતાં કેળવવું, શરીરને સંયમ કેળવતાં શીખવવું એ પણ સાથે એટલું જ ઉપયોગી છે.

જે માણસને આવી કેળવણી મળી હોય, જેને પોતાના જીવનકાર્યની દિશા સૂઝી હોય તે જ માણસ જગતમાં કંઈક ઉપયોગનો છે. સાથે સાથે બુદ્ધિશક્તિ ખિલવવાથી, વાણી-અર્થ-દલીલ બધાનો પ્રમાણસર વિનિયોગ કરવાથી માણસ નામ કમાઈ શકે છે.

ઊગતો સૂરજ જેમ મધ્યાહ્નની ઝાંખી કરાવી શકે છે. તેમ બુદ્ધિશક્તિ જ્યાં માર્ગને અજમાવવી હોય છે ત્યાં દોષ-ભૂલ વગેરેનાં વાદળ વિખરાઈ જાય છે.

મનુષ્યસ્વભાવ પ્રકાશ વાંછે છે. અંધકાર આપણને રુચતો નથી. એ પ્રકાશ મેળવવા આપણે મથીએ છીએ. ખિલકુલ પ્રકાશની રેખા યે ન મેળવી શકીએ તો તો જીવનનું રહસ્ય જ કશું રહેતું નથી. જે કાંઈ પ્રકાશ મળે તે વડે જીવનના

અંધારા ખૂણાઓમાં ફરી વળવું જરૂરી છે. એ પ્રકાશ વડે સર્વત્ર હિંચવળતા પસારવી જરૂરી છે, ને આ પૃથ્વી પરથી જીવનકાર્ય આટોપતાં આપણી પાછળ પ્રકાશની થોડી ધણી પગલીઓ પાડી જવી જોઈએ. જેથી આપણી પાછળ આવનારા પ્રવાસીઓની મુશ્કેલી આપણાથી ઓછી થાય; તેઓ એકેડી પર ચાલતા ચાલતાં પરમ સિદ્ધિને છેવટ પ્રાપ્ત કરી શકે.

જીવન જીવવું હોય તો હંમેશા ઊઘડતા ફૂલ જેવું જવો, નિર્મળ જળના ઝરા જેવું જવો. એજ આપણો સાચો ને મહાન આદર્શ હોવો જોઈએ. એ આદર્શની પ્રાપ્તિ માટે જ આપણું દરેક કાર્ય કેન્દ્રિત થવું જોઈએ. જીવનની હરેક પળ આપણને આપણા લક્ષ્યસ્થાન પ્રતિ દોરતી રહેવી જોઈએ. આમ થશે તો જ આત્મગંધ વડે, કે આપણા કલકલ નિનાદ વડે દિશાઓનાં અંતર આપણે ભરી શકીશું. અંગ્રેજ કવિ કહે છે તેમ :  
Only the actions of the just, smell sweet and blossom in the dust !

વર્તમાનને તીરે ઊભી રહેતી, ને ભવિષ્ય સર્જતી માતાઓ  
વિધાતા સરખી વંદનીય છે.

બાળકને જન્મ દિવસે મળેલી ભેટ સોભાદોની થયું થાદી

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

જગતને આગળ અને ઊંચે ચડાવનાર સ્ત્રીઓ અને પુરુષો  
પારકાંની ટીકા કરવા કરતાં, પારકાંને પ્રોત્સાહન આપવામાં  
વધારે માને છે.



# પવિત્રતાનું ગૌરવ



જે પ્રજાએ પોતાના સંતાનોને પવિત્રતાના ને ગૌરવના પાઠ પઢાવ્યા છે એનો તો કદી વિનાશ થવાનો નથી, કદી અધોગતિ થવાની નથી. એ લોકો જગતના વાવંટાળ સામે ખડે પગે ઊભા રહી શકશે-હુઆ વગર ને ડર્યા વગર એમના પર દરેક તાત્કાલિક પ્રસંગ પર આધાર રાખી શકાશે.

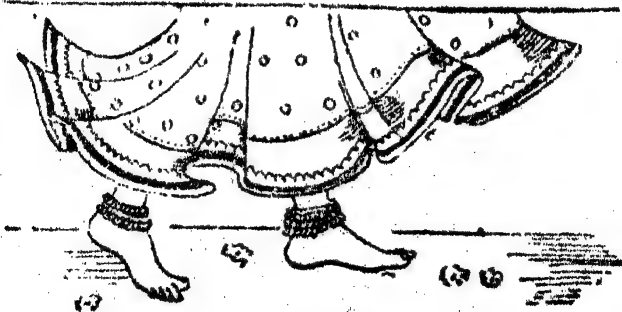
જેમ સૂર્ય પોતાનો પ્રકાશ ધર્મ નિયમિત પાળે છે, તેમ આપણે દરેકે પણ પાળવાનો છે. અજ્ઞાન એ ધિક્કારપાત્ર દશા છે. જે પ્રગતિનું અવરોધક છે. તે સદાકાળ નરસું છે. બાળકને જ્યારે જ્યારે જે જે વસ્તુના જ્ઞાનની ઉત્કંઠા જન્મે ત્યારે તુરત તેની તે ઉત્કંઠાને યોગ્ય રીતે પોષતા રહેજે, એને દાખી ન દેશો. નાની નાની શરૂઆતોમાંથી વિચાર સમૃદ્ધિ વિકાસ પામશે. આજે વાવેલાં ખી કાલે રસાળ ધરતીમાંથી વૃક્ષરૂપે ઊગી નીકળશે. એ ખીને રૂંધી ના નાખશો: એને રૂંદવા દો, ફાલવા દો, વિકાસ સાધવા દો. મા આપોએ બાળકોના વિકાસ પ્રત્યે ખૂબ જ લક્ષ

દેવું બેઠાં. માતા પોતાનો સમય બાળકની પાછળ  
 એ રીતે નહીં ગાળે, થોડું વિશેષ કષ્ટ નહીં ઉઠાવે  
 તો બાળક બીજાનું મહાવૃક્ષ કદી નહીં થાય. જિંદગી  
 તો ટુંકી છે, ચાંદની ચાર દિનની હોય છે, ને જીવ-  
 નમાં નાની મોટી તકરારો, નાના કલહોનો પાર  
 નથી. પરિણીત જીવનમાં સૌથી બડી ચૂપ જ ઠીક  
 છે. એનાથી અનેક કંકાસોની કાસ ટળી જશે.  
 અજાણતાં ઉચ્ચારેલો એકાદ કડવો શબ્દ હૃદયને  
 શળની ગરજ સારે છે. હા, કડવો શબ્દ માત્ર  
 ધિક્કારમાંથી ઉત્પન્ન થતો નથી; એ શબ્દ ઉચ્ચાર-  
 નાર, એ શબ્દ પોતાની પ્રિય વ્યક્તિને જ કહે છે.  
 એની પાછળનો ઉદ્દેશ દંશનો નથી, સુધારણાનો  
 છે. પણ આવા કઠોર શબ્દોથી કે ચાપખાથી જે  
 પરિણામ લાવી શકાય તેના કરતાં વધુ સારું પરિણામ  
 બુદ્ધિપૂર્વકની ચર્ચા કે વાદવિવાદથી લાવી શકાય.  
 પેલો કઠોર શબ્દ પીઠ પર બળતરા મૂકી  
 જાય છે. પેલી વ્યક્તિ બીજી વાર ગુનો ધૂપાવતાં  
 શીખે છે. ને સુધારણાનો ઉદ્દેશ ફળીભૂત થતો નથી.  
 આવું થાય છે ત્યારે માતા પિતાને લાગે છે કે  
 બાળક પ્રત્યે એમણે કૂર થવું નહોતું બેઠતું,  
 એમણે મિત્ર તરીકે એની સાથે વર્તવું બેઠતું

હતું, પણ આ જ્ઞાન બહુ મોડું આવે છે! લોકો કહે છે કે નાનાં બાળકોનું દુઃખ, અને વેદના લાંબા કાળ રહેતી નથી. પણ કુમળા વૃક્ષપર ધા કરે ને પછી લાંબે કાળે એની છાલ ઉતારી બેસો, તો નીચે એ ધા હજી તેવો ને તેવો જ હશે. એટલે બાળકોનાં કુમળાં મન પર તુરત જ સંસ્કારો અને વિચારોની છાપ પડી જાય છે, ને લાંબા કાળ સુધી તે ભુસાતી નથી. બાળકની ઇચ્છાશક્તિને કંધી નાખીને, બાળકની દૃઢતા, એની સ્વતંત્ર રહેવાની ઇચ્છા, અને ચારિત્ર્યની વ્યક્તિતા પણ આપણે કચડી નાખીએ છીએ.

દેશના નેતાઓ અને પ્રજાજનો જ્યારે વ્યક્તિગત રીતે સન્માન કે ગૌરવ, ન્યાય, નીતિ, ને ધર્મ સમજે છે ત્યારે જ એ દેશ જગત્વ્યાપી કીર્તિ પ્રાપ્ત કરે છે. જીવનમાં દરેક જણે પોતે પોતાની મેળે કોઈકવાર જીવનનો માર્ગ નક્કી કરવો પડે છે. આ વેળા, જો એમનામાં વ્યક્તિત્વ નહીં ખીલ્યું હોય, તો તેઓ પરિસ્થિતિ પર કાબૂ કદી નહીં મેળવી શકે. લોકો ઉપદેશ આપવે શૂરા છે. એ ઉપદેશ આપણા બધા ખાતર હોય છે, પણ એ સસ્તો હોય છે. આપણે જ ઉપદેશની

કિંમત અને એનું વાજખી પાણું સમજી શકીએ છીએ. પણ જો મનને પહોંચેથી જ રૂંધી દેવામાં આવ્યું હોય, ખીજાઓથી જ એ દોરવાતું હોય તો ખરાખોટાનો વિવેક ક્યાંથી આવવાનો? આવા માણસોમાં કદી આત્મશ્રદ્ધા હોતી નથી, ને તેથી ખીજાઓમાં તેઓ શ્રદ્ધા પ્રેરી પણ શક્તા નથી. આમ, કુદરતના નિયમોનું જ્ઞાન ને સમજ જેનામાં આવ્યાં છે તે જ સમજી શકે કે પોતાનાં કર્તવ્યોથી જ પોતાની જિંદગીને માણસ તારે કે ડુખાડી શકે. એટલે માણસ આત્મ સંયમ ખૂએ તો એનામાં પશુતા પ્રવેશે. એણે સહન કરવું જ રહે, એનાં સંતાનો માત્ર વિનાશના જ અધિકારી ઠરે. જે રાષ્ટ્ર પોતાની પ્રજાને, પ્રજાના ઘડવૈયા એવાં બાળકોને નાનપણથી જ ગૌરવના, માનના, પવિત્રતાના પાઠો પઢાવશે તે જ પ્રજા અણનમ ને અણદખ ઊભી રહી શકશે.





બાળકના જીવનમાં, એને અપાતી કેળવણી  
 ઘણો જ અગત્યનો ભાગ બનવે છે. કેટલાં મા-  
 બાપો સચ્ચાઈથી કહી શકે કે તેઓ પોતાનાં  
 બાળકોના ઘડતરમાં આદિથી અંત સુધી રસ લઈ  
 તેમને યોગ્ય માર્ગે વાળે છે ? પિતા કાં તો પોતાની  
 સાંસારિક ફરજો બજાવવા પૈસા કમાવાની પ્રવૃ-  
 ત્તિમાં રચ્યોપચ્યો રહે છે, અથવા બહોળો વેપાર  
 ધંધો હોય તો તેની પાછળ સતત પરિશ્રમ ઉઠાવ્યા  
 કરે છે, મા કાં તો આળસ પ્રમાદને વશ થઈ કશું જ  
 કરતી નથી કાં તો પતિને સહાયરૂપ થવા, ઘરનો  
 થોડો ભાર ઉપાડવાના હેતુથી બહારની પ્રવૃત્તિમાં  
 પરોવાય છે, એટલે બાળકોને નશીબે તો શાળામાં  
 શિક્ષકો જે કંઈ કેળવણી આપે તે જ આવે છે,  
 અને કમનશીબે આજની શાળાઓ માત્ર પૈસા  
 બનાવનારી ધંધાદારી મંડળીઓ થઈ પડી છે,  
 એટલે બાળકના જીવનમાં ઉંડાણથી રસ લઈ  
 તેના ચારિત્ર્ય અને સંસ્કારના ઘડતરમાં બિલકુલ



ફાળો આપતી નથી. આવી દશામાં બિચારું બાળક અટવાઈ જાય છે. ભોગભોગે એને ભે પોતાના રહેઠાણનું આજુબાજુના કુસંસ્કારનું વાતાવરણ મળી જાય તો એના ભાવિનો પ્રશ્ન બહુ વિકટ બની જાય છે. છતાં સંભોગોને બળે આપણે બાળકોને છૂટાં મૂકી જ દેવાં પડે છે, અથવા તો જેને પોસાતું હોય તે તેમને આયા કે ઘાટણોના હાથમાં મૂકી દે છે.

આપણી માતાઓએ આ બાબતથી ચોંકવું જરૂરી છે. કુમળું ઝાડ જેમ વાળીએ તેમ વળે એ કહેવત મુજબ છોકરું તો જેવું જુએ તેવું શીખે, એને ઘડાતાં વાર ન લાગે. એટલે એ કેવા વાતાવરણમાં, કેાની સાથે, કઈ જગાઓમાં, ક્યારે ફરે છે એના પર પૂરતી નજર રાખવી બેઠ્ઠાએ. બાળકમાં એટલો રસ લઈને એને હંમેશા સાચે માર્ગે વાળવાનો પ્રયાસ કરવો બેઠ્ઠાએ. જૂતકાળમાં જ્યાં જ્યાં જૂલો થઈ હોય તેમાંથી ભિગરી જઈ, કેમ આગળ ચાલવું તે એને સમજાવવું બેઠ્ઠાએ. એની ચાલચલગત, વર્તણૂકમાં સુધારાને ક્રમાં અવકાશ છે, તે બતાવી, જૂતકાળના મહાન પુરુષોએ બાળપણથી કેવી રીતે જીવનને ઘડેલું

તેના દાખલા દલીલો આપી, બાળકની સામે જીવનનો મોટો આદર્શ રજૂ કરવો જોઈએ. નિરર્થક જ્ઞાનના ભાર તળે બાળકને દાખી દઈ, સમયનો ખગાડ કરવા કરતાં આ રીતે આગળ વધવાની એનામાં પ્રેરણા જન્માવવી જોઈએ. સારાં પુસ્તકોના વાચનમાં એનો રસ જગ્રત કરવો જોઈએ. જેથી ગલીના કે ચાલના મિત્રો કરતાં આ પુસ્તક રૂપી મિત્રો એને વધારે પસંદ પડે.

પુસ્તકોનો હેતુ પણ એ જ છે. એનાથી બાળકોને કેળવણી મળે ને સાથે આનંદ પણ મળે. જે પુસ્તક આ કાર્ય નથી સાધી શકતા એને જીવનનો અધિકાર નથી. જેમ થોડું જ્ઞાન એ બચજનક વસ્તુ છે, તેમ એક નાની ચોપડી જેમાં ઠાંસીઠાંસીને કુવિચારો કે અપવિચારો ભરેલા હોય તે પણ મનને ઝેરમય કરે છે, ને હજારોના સમયને ખરબાદ કરે છે, ને આવતી કાલે જન્મનારી પેઢીના ચિત્ત ઉપર પણ હાનિકારક સંસ્કારો પાડી જાય છે. કેટકેટલા નવયુવાનો, યુવતીઓ, અને બીજાં અસંખ્ય લોકો, દિવસે આવું શરાબી વાંચન કરી, રાતે ઊંઘમાં પણ એ વિચારોથી પીડાતા હોય છે! રાષ્ટ્રના કેટલા યુવાનોને ગૌરવ,

માનવતા, સંસ્કાર, ને સાહિત્યના ઊંચા ધર્મેના પાશ લગાડવાનો બદલો કેટલુંક સાહિત્ય અધમ કોટીએ ઉતારી મૂકે છે. ચારિત્ર્યની શિથિલતા, મનોબળની ઊણપ, વિકારોનાં બીજ અને બીજાં અનેક અપલક્ષણોની પરંપરાને ઊભી કરે છે. જેમ જેમ બાળકની બુદ્ધિ વિકાસ પામતી જાય છે તેમ તેમ વર્ષો પર, બિલકુલ રસ વગર વાંચેલું પુસ્તક એને પાછળથી પસંદ પણ પડવા માંડે છે. કારણ એ જુદી દ્રષ્ટિથી વાંચન કરે છે. ને જુદી રીતે ગ્રહણ કરે છે.

આજે જેટલું સાહિત્ય રોજબરોજ પ્રગટ થાય છે. એમાંના પોણાભાગ પર કાતર મૂકવામાં આવે, અને જે જીવવાને યોગ્ય હોય તેને જ જીવતું રહેવા દેવામાં આવે તો આપણી ઉન્નતિ વધુ જલદી થાય એ ચોક્કસ. કારણ વધુ પુસ્તકો વાંચવા કરતાં, ગુણ દ્રષ્ટિએ સારાં એવાં થોડાં પુસ્તકો વાંચીને તેના પર વિચાર કરીએ તો એકંદરે તે વધારે લાભદાયી નીવડે એમ છે. પુસ્તકનું વાંચન રાયકે રંકના ભેદને સ્વીકારતું નથી. આખીયે સંસ્કૃતિના ઘડતરમાં એની સહાય સૌથી વધુ છે. માણસને પણથી જુદો ઘડવામાં પુસ્તકોની જ જવાબદારી

છે. પુસ્તકો એ આરસી જેવાં છે. ગમે તે દેશના ને ગમે તે જાતિના વિકાસની કથા એના પુસ્તકોનાં ધોરણથી સહેલાઈથી નક્કી થઈ શકે. આપણા બાળકના હાથમાં જે વખતે આપણે ખાતરીપૂર્વક એક ચોપડી મૂકીએ છીએ, ત્યારે આપણે માત્ર ધોળા કાગળ પર કાળી શાહી વડે છપાયેલું ગમે તેવું લખાણ નથી મૂકતા. પણ આપણે એમના હાથમાં જૂતકાળના જ્ઞાનનો, ઇતિહાસનો વારસો મૂકીએ છીએ. એના મગજ ઉપર આપણે જુના ગૌરવના સંસ્કાર પાડીએ છીએ, જે એ બાળક મોટું થતાં પોતાની પાછળનાને સોંપતું જાય છે.

પુસ્તકો દ્વારા અપાતી કેળવણીનું આ રીતે ધાણું મહત્વ છે. રાષ્ટ્રનું અસ્તિત્વ અને એની શક્તિનો આધાર એનાં બાળકોના આયુષ્ય પ્રમાણ પર તથા તેમના શારીરિક અને માનસિક આરોગ્ય પર રહે છે.

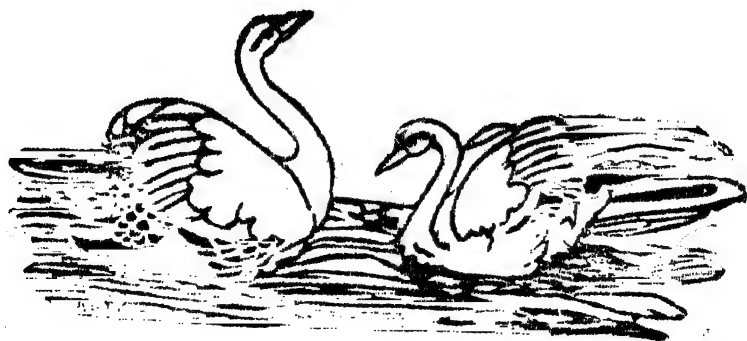
સ્ત્રીઓ પોતે જે પુરુષને પતિ તરિકે પસંદ કરે છે તેમાં તેઓ સંપૂર્ણતાની અપેક્ષા રાખે છે. એની મુખ્ય માગણી હોય છે, શરીરસ્વાસ્થ્ય, બુદ્ધિ શક્તિ અને સામાજિક સન્માન. દરેક પુરુષ,

જે પોતાની માતા, પત્ની અને બહેનો પ્રત્યે  
 બીજાઓ પાસેથી સારી વર્તણુકની આશા રાખે છે,  
 તે જ બીજી સ્ત્રીઓ તરફ એ રીતે ન જ વર્તે  
 તો તેને અધમ કોટિનો અથવા માનવીથી ઉતરતી  
 જાતિનો માનવો. કારણ મનુષ્ય અને પશુમાં જે  
 મુખ્ય તફાવત છે તે મનુષ્યના આત્મસંયમના  
 ગુણનો છે. આ ગુણ સહેજે નથી આવતો; એને  
 માટે તીવ્ર બુદ્ધિ શક્તિ અને સારાનરસાનો વિવેક  
 હોવો જોઈએ. આમ, જે પુરુષ કુદરતના નિયમોનું  
 જ્ઞાન અને સાચી સમજણ ધરાવે છે તે સમજ  
 શકશે કે એ પોતાનાં જ કર્તવ્યોને લઈને, પોતાની  
 જિંદગીને સુધારી યા બગાડી શકશે. એટલે જ્યારે  
 માણસ આવો મહાન ગુણધર્મ ગુમાવી દે છે, તે  
 જ ધડીએ એ અધમ કોટિમાં ઉતરી પડે છે. ને  
 એના પરિણામમાં એને સહન કરવું પડે છે, ને  
 એનાં બાળકો પણ દુઃખી થઈ, નાશ પામે છે.  
 જે રાષ્ટ્રનાં માતા પિતા પોતાના બાળકોને નાન-  
 પણથી જ આવી પવિત્રતાની આત્મ-સંયમની,  
 ગૌરવની વાતો શીખવશે તે રાષ્ટ્ર કદાપી કોઈના-  
 થીયે દબાશે નહીં.

માતાઓને બાળકના ઉછેરમાં, એના ધડતરમાં

એના વિકાસમાં એકજ જરૂરી ચેતવણી આપવાની રહે છે કે બાળકોને શરીર, મન અને નીતિની દૃષ્ટિએ, જીવન સંગ્રામ માટે તૈયાર કરવામાં, તમારી બધી શક્તિ ખરચીને સજ્જ કરો. એ સેવા દ્વારાજ તમે તમારા દેશની સૌથી વધુ મહાન સેવા કરો છો, કારણ કે તમારા નાના બાળકોની નાની પગલીઓ દ્વારાજ તમારું રાષ્ટ્ર, તમારી જાતિ, આગે કૂચ કરે છે.

આત્મભોગ, સ્વાર્થત્યાગ બાળકોને શીખવો, એમાં આનંદની ભાવના કેળવતાં એમને શીખવો, અને પછી એક એવું જગત સર્જાશે જેની કલ્પના જગતના કોઈ મહાન સ્વપ્નશિલ્પીને યે કદી નહીં આવી હોય.





અહીં નીચે તમારા બાળકના સ્વભાવ, શોખો વિગેરે  
વિશિષ્ટતાઓ નોંધા.

૧ બાળકની પ્રિય રમતો:

૨ બાળકનો લલિતકલાનો શોખ:

૩ બાળકનો ખાવા પીવાનો શોખ:

૪ બાળકનો કપડાંનો શોખ:

૫ બાળકને ગમતી અણગમતી ચીજો:

૬ બાળકના પ્રથમ અક્ષરો:

# પહેલું પાઠ્યું

## પ્રકરણ ૧લું

સગલાં સ્ત્રીની માવજત કેવી રીતે થવી જોઈએ ?

“પહેલું પાઠ્યું” બંધાવું એ તો સંસારજીવનનું અમૃત-  
ફળ છે. ઘન્યભાગીઓ જ એ પામી શકે છે.”

—એક ગ્રીક ફિલસૂફ.

“ઓ સમજી બહેન! સાંભળ્યું કે, અમારી મણીને  
દહાડા છે.” માણેક બહેને સમજી બહેનને આવતાં જ  
વધામણી આપી.

“એમ? સાડાં સાડાં ભગવાન કરે ને એને કીકો  
આવે.” સમજી બહેને સંતોષ અને આનંદનો ભાવ બતા-  
વતાં ઉચ્ચાર્યું.



“એ આપણા હાથમાં ક્યાં છે? ભગવાન કરે ને તમારા બધાનાં આશીર્વાદ ક્રોડો! પણ બહેન મણીને કેવી રીતે રાખવી તેની માવજત કેવી રીતે કરવી તે તો કહો!” માણેકે ગર્ભવતી સ્ત્રીની સારવારને લગતી માહિતી બાણવા પૂછ્યું.

સમજી બહેને કહ્યું: “એમાં ખાસ મુશ્કેલી જેવું નથી. હા, માત્ર જરા સાવચેતીથી રાખવી. ખાવા-પીવાનું પણ અમુક જ આપવું.”

માણેક—તે જ હું બાણવા માગું છું. એને કેવી રીતે રાખવી, ખાવાપીવાનું શું આપવું, શું પહેરવું-ઓઢવું તે મને કહો તો ખરાં?

સમજી—ત્યારે સાંભળો, મણી આમ તો ડાહી અને ઠરેલ છોકરી છે. જેમ તમે કહેશો તેમ જ એ કરશે, આ તો સુવાવડનું કામ છે એટલે પ્રથમથી જ જો સાવચેતી રાખી હોય તો પછી કંઈ વાંધો આવે નહિ. આ માટે હું જે ખાસ નિયમો કહું છું તે ધ્યાનમાં રાખજો.

ગર્ભવતી સ્ત્રીને નિત્ય ખુલાસાથી ઝાડો આવે એ ખાસ અગત્યનું છે. ખાધેલો ખોરાક હજમ થયા પછી તેનો કચરો કોઈપણ રીતે દિવસમાં એક વખત શરીર-માંથી સાફ થવો જ જોઈએ. ગર્ભવાળી સ્ત્રીને પહેલાં ત્રણ મહિના ઝાડાની તકલીફ પડે છે. કારણ, ગર્ભ ઝાડાની જગા પર દબાણ કરતો હોવાથી આંતરડાના જ્ઞાનતંતુઓ મંદ થઈ જાય છે.

માણેક—અને એટલે ઝાડો ઉતરતો ન હશે, કેમ ખરું ને?

સમજી—હા. ગર્ભવતી સ્ત્રીને કોઠો હમેશાં કબજાતવાળો જ રહે છે. જેને ખુલાસાથી સાફ ઝાડો ઉતરતો નથી, તે પ્રસવ વખતે હેરાન થાય છે. કેમકે, પ્રસવની વખતે જો ઝાડાના નળ ભરાયલા હોય તો બાળકનું માથું બહાર જલદીથી આવતું નથી.

માણેક—એમ? આ તો ભારે કહેવાય! પણ ઝાડો ન આવે તેને લઈને છોકરાનું માથું બહાર આવતાં અડઅણ કેવી રીતે પડે?

સમજી—છોકરાનું માથું ઝાડાને રસ્તે જ આવવાનું હોવાથી એ માર્ગમાં જો ઝાડાનો મળ-કચરો ભરાઈ રહે તો કુદરતી રીતે જ માથું આવવાનો માર્ગ રૂંધાઈ જાય. અને એને લઈને ગર્ભવતી સ્ત્રીને કष्ट પડે. એ હેરાન-હેરાન થઈ જાય.

માણેક—ઓય રે! આવું પણ થાય ખરું?

સમજી—એથી પણ વધારે. રસ્તો રોકાયેલો હોય તો માથું કેવી રીતે બહાર આવી શકે? અને એટલે એને બહાર લાવવા માટે પછી બળ વાપરવું પડે. બીજા ઇલાજો અજમાવવા પડે અને તે જો લાગુ ન પડ્યા તો બાળકને કંઈ ખોડ કે પછી કંઈ અવળું પણ થઈ જાય.

માણેક—ઓ મા! આટલું બધું દુઃખ કબજાતવાળાને લઈને થાય છે તે વાત આજ સુધી હું કેમ ન જાણી શકી? હવે હું સમજી શકી છું કે ગર્ભિણી સ્ત્રીને ઝાડો સાફ આવવો જોઈએ એ સૌથી ખાસ અગત્યનું છે.

સમજી—હા. બીજું એ કે ઝાડો સાફ ન આવતો

હોય તો ગર્ભિણી સ્ત્રીના શરીરમાં જોર રહેતું નથી. એ નબળી-દુબળી પડી જાય છે. એને ભૂખ લાગતી નથી. એ અસુખ ફરે છે. એનો જીવ ઉડી જાય છે અને પરિણામે તેના મુખ પર આનંદ કે ઉત્સાહ જણાતો નથી.

માણેક—એમ? ઘણી ગર્ભવતી સ્ત્રીઓ નરમ મુખવાળી અને ઉદાસ માલમ પડે છે તે પણ આજ કારણને લઈને હશે નહિ?

સમજી—હા. એ સિવાય પણ આવા સ્વભાવ માટે બીજાં કારણો છે. પરંતુ એ હવે પછી જણાવીશ. કબજિયાતથી હરસ તથા મસાનું પણ દરદ લાગુ પડે છે અને જો પહેલેથી તે લાગુ પડેલું હોય તો તેનું જોર વધુ થઈ આવે છે.

માણેક—આ તો બહુ લયંકર કહેવાય બહેન! કોઠાની કબજિયાતને કેવી રીતે દૂર કરી શકાય?

સમજી—ઝાડો સાફ ન આવતો હોય, કબજિયાત રહેતી હોય તો ગર્ભિણી સ્ત્રીને થોડુંક થોડખું દિવેલ પાઈ દેવું. એનાથી દસ્ત સાફ આવશે અને બધો મળ નીકળી જશે.

માણેક—એ સિવાય બીજો જુલાખ આપ્યો હોય તો?

સમજી—જો જો, બીજો ભારે જુલાખ આપવાની ભૂલ ન કરવી. હલકો જુલાખ જ આપવો. અને તેને માટે દિવેલ જ અકસીર છે. બહુ ભારે જુલાખ આપ્યાથી બહુ ભારે બગાડો થાય છે. અને લાભ થવાને બદલે તુકસાન વહોરવું પડે છે.

માણિક—વધારે જીલાળ થયાથી શું નુકસાન થાય ?

સમજી—ઝાડા વધારે થયાથી ગર્ભપાત એટલે કમુવાવડ થવાનો સંભવ રહે છે. નખખાઈ પણ વધી જાય છે.

માણિક—ઓ બાપ ! ત્યારે તો જીલાળ બહુ જ વિચાર કરીને આપવો જોઈએ. વાડ, એ તો ઠીક, પણ આપણામાં એમ કહેવાય છે કે, દહાડાવાળી સ્ત્રીને ઓસડવેસડ ખવરાવવું નહિ, એ વાત શું સાચી હશે ?

સમજી—તદ્દન ખોટી. એ આપણી ભૂલ છે. તમે એમ ધારો છો કે દવા ખવડાવ્યાથી જ ગર્ભપાત થાય છે; પણ તેવું કંઈ નથી. જેનાથી ગર્ભપાત થાય તેવું ઓસડ વગેરે આપવું નહિ; બહુ ગરમ પડે તેવી દવા પણ આપવી જોઈએ નહિ. તે સિવાયના ઓસડવેસડથી શું નુકસાન છે ? આપણા લોકો હિંમતભેર ઓસડ આપી શકતા નથી તેથી ગર્ભવાળી અનેક સ્ત્રીઓ મરી જાય છે ! ભારેવાઈ સ્ત્રીને કંઈ રોગબોગ થાય તો તેને ઓસડ આપીને પહેલાં આરામ કરવો જોઈએ. નહિ તો એકને લીધે બેના જીવ જાય ! કેમ, હું કહું છું તે સમજમાં આવે છે ખરું ને ?

માણિક—હા. તમે કહો છો તેમ જ થાય છે. ખરે-ખર, એ આપણી ખોટી ભૂલ છે. પહેલાં અમારી પાંડોશમાં વઢવાણની એક બાઈ રહેતી હતી, તે ભારેવાઈ થઈ ત્યારે તેને પેટનું દરદ થયું. બાઈના સગાઓએ ગર્ભને નુકસાન થાય તે માટે કંઈ જ દવા ન કરી અને સાધારણ ઇલાજ અજમાવ્યો. પરિણામે દરદ વધી ગયું. અને બાઈ હેરાન-

હેરાન થઈ ગઈ. આજથી હવે એવી વાત કોઈ કરે તો કાને પણ ના ધરવી. પણ વાડ, તમે જે દિવેલ પાવાનું કહ્યું, તે ગભંવાળી સ્ત્રી કેવી રીતે પી શકે ?

સમજી—કેમ એનાથી એ ન પીવાય ?

માણેક—એ તો કાંઈ પી શકાય નહિ, એની વાસથી બિબકો આવે. વળી ચીકણું ચીકણું પણ લાગે. ઉલટી પણ થઈ જાય.

સમજી—થોડીક ચહાની સાથે એ પીવામાં આવે તો કંઈ જ થતું નથી. ચહા કરતાં જો ગરમ દૂધમાં ભેળવીને પીવામાં આવે તો સારી રીતે દિવેલ પી શકાય છે. વાસ-ખાસ પણ આવતી નથી.

માણેક—આમ હોય તો ઘણું સાફ. આ ઉપાય તો ઘણો જ સરળ કહેવાય. પણ એકાદ દિવસ ઝાડાની કબજીયાત રદ્દાથી તો બાણે દિવેલનો જીલાખ આપીને એ કબજીયાત મટાડાય. પણ કેઈ ગભંવંતી સ્ત્રીને હંમેશની એવી કબજીયાત હોય, તેનો ઉપાય શો કરવો ? રોજ ને રોજ તો કાંઈ તેને દિવેલ આપી શકાય નહિ.

સમજી—આ વાત તમે ઠીક કહી. એવી ભારેવાઈ સ્ત્રીને સાફ તો બીજો જ ઉપાય અજમાવવો જોઈએ.

માણેક—ત્યારે એ ઉપાય કહોને ?

સમજી—હવાદાડ ન કરતાં બીજા કેઈ ઉપાયથી સ્ત્રીની ઝાડાની કબજીયાત મટાડી શકાય તો વધું સાફ.

માણેક—ત્યારે એનો શો ઉપાય કરવો તે કહેશો ? હવાના નામથી જ ગભંવાળી સ્ત્રીઓ અકુળાઈ મરે છે ને ?

સમજી—જે ગર્ભવાળી સ્ત્રીને હમેશની કબજીયાત હોય, તેને નાસ્તાની સાથે બરાબર નિયમ રાખીને રોજ સારાં પાકાં પપૈયાં ખાવાને આપવાં, તેનાથી તેની ઝાડાની કબજીયાત મટી જશે.

માણેક—શું કહો છો ? પપૈયું ખાવાથી ઝાડાની કબજીયાત મટી જાય ? એનો એવો ગુણ છે ? આ વાત તો હું જાણતી જ નહોતી ! એમ છે ત્યારે તો એના કરતાં વધારે સારી સગવડ બીજી શી હોઈ શકે ? જે ફળનો આવો ગુણ છે તે ફળ પાછું ખારે માસ મળી પણ શકે છે, અને એક વરસમાં એનું ઝાડ ફળે છે. આ ગુણ બીજા કોઈ પણ ફળમાં છે કે નહિ ?

સમજી—ના બહેન ! એવું ફળ બીજું નથી. પરંતુ હજી પણ એનો જેવો જોઈએ તેવો આદરભાવ પૂછતો નથી. આપણા લોકો એને ગરમ ફળ તરીકે ગણે છે અને તે ખાતાં બીજે છે. પરંતુ આ ફળ ખરેખર જ ગુણકારી છે. એનાથી માત્ર ઝાડાની કબજીયાત મટે છે, એટલું જ નહિ, પણ પપૈયાથી શરીર પણ સારું રૂઢપુઢ થાય છે, અને લોહી પણ સ્વચ્છ બને છે.

માણેક—એના જે બધા ગુણ તમે કહ્યા, તે ખરેખર આશ્ચર્ય ઉપજાવે એવા છે. લોકો પોતાના વાડામાં કે આંગણામાં પપૈયાનાં ઝાડ રોપે તો કેટલો બધો લાભ થાય ? પપૈયું આમ ગુણકારી છે તેની તો મને આજે જ જાણ થઈ, આ સિવાય કબજીયાતને દૂર કરવાનો બીજો કોઈ ઈલાજ છે ખરો ?

સમજી—હા, કેમ નહિ. શાકભાજી વધારે ખાવાથી પણ કબજિયાતમાં ફેર પડે છે. ફળ ખાવા, સવારના ચાર-પાંચ લીલા અંજીર ખાવા, એ પણ ગુણકારી છે. લીલા અંજીર ન મળે તો ચારપાંચ સુકા અંજીરને રાતના પાણીમાં ભીંજવીને રાખવા અને પછી સવારે તેનો રસ પીવો. ચાલવા તથા ફરવાની કસરત કરવી. જમવા અગાઉ ઠંડું પાણી ગ્લાસ ભરીને પીવું. આમ કરવાથી પણ કબજિયાતનું દુઃખ દૂર થાય છે. ગર્ભવાળી સ્ત્રીને રોજ ખુલાસાથી સાફ ઝાડો થવાની જેમ જરૂર છે, તેમજ રોજ છૂટથી પેશાબ થવાની પણ જરૂર છે. જે સગર્ભા સ્ત્રીને હમેશાં ઝાડા અને પેશાબનો સારો ખુલાસો હોય, તેને પ્રસવની વેળાએ કંઈ પણ દુઃખ કે હરકત પડતી નથી.

માણેક—ત્યારે તો બધી ભારેવાઈ સ્ત્રીઓના ઝાડા-પેશાબની બરાબર ખબર રાખતા રહેવું જોઈએ, કેમ ખરૂંને ?

સમજી—હાસ્તો. નહિ તો આટલું ભારપૂર્વક કહેવાની શી જરૂર હોય ?

માણેક—વાર, પેશાબ ઓછો થાય તો તેથી ગર્ભવાળી સ્ત્રીને શું નુકશાન થઈ શકે ?

સમજી—ઓ ખાપરે ! પેશાબ ઓછો થવો એ તો ભારે દોષ છે. ઝાડાની કબજિયાતના કરતાં પણ પેશાબ ઓછો થાય એ વધારે દોષવાળું છે. જે ખાધાથી શરીર પુષ્ટ થાય, અંગમાં જોર આવે તેનાથી પણ એક જાતનું જોર ઉત્પન્ન થાય છે. એ જોર પેશાબ અને પરસેવાની સાથે

શરીરમાંથી બહાર નીકળી જાય છે. તેમાં ઘણો ભાગ પેશાબ દ્વારા જ નીકળે છે. એટલે પેશાબ જો કમી થાય તો એ એર બધું બહાર નીકળી શકે નહિ, શરીરની અંદર જ રહી જાય. પછી છેવટે પૂરા હઠાડે પ્રસવવેદના શરૂ થયા પહેલાં, કે વેદના શરૂ થતાં જ, કોઈ ઠેકાણે કશુંએ ન હોય ત્યાં આગળ એકાએક ભારેવાઈ સ્ત્રીને એક જાતનો વ્યાધિ અથવા પીડા થઈ આવે છે. અને મૃગી (મીરગી) અથવા વાઈવાળા રોગીને જેમ તાણુ થાય છે, તેમ ગર્ભવાળી સ્ત્રીને પણ તાણુખેંચ થઈ આવે છે.

માણેક—ઓ ! સત્યાનાશની જ વાત તો ! પેશાબ કમી થયાથી ગર્ભવાળી સ્ત્રીને છેવટે એવી પીડા પડે છે ! વાડ ત્યારે અમારી આ શેરીમાંના પુલાભાઈની સ્ત્રીને શું એવું જ દરદ થયું હશે ? તેને પણ વેદના શરૂ થતાં જ વાઈવાળા રોગીની તાણુ જેવી જ તાણુખેંચ થઈ હતી. તેની એ ખેંચ-તાણુ પણ પેશાબની કમીને જ લીધે થઈ હશે ?

સમજી—હા, એમાં શંકા જ નથી.

માણેક—શેરીમાંના કેટલાક માણસો તો એમ કહે છે કે એને ભૂત-પ્રેતનો વળગાડ થયો છે અને એટલે જ તે તાણુ-ખેંચ કરે છે—ઉછરે છે. આ પીડાને દૂર કરવા તેમણે ભુવાઓને પણ ખોલાવ્યા, મરચાંની ધૂણી પણ કરાવી, માર-ચૂડ કરી પણ તાણુ મટી જ નહિ.

સમજી—ભૂત હોય તો તાણુ મટે ને ? આપણા લોકો આવી અજ્ઞાનતાને લઈને ઓડતું ઓડ કરી બેસે છે, જરા ખેંચ આવે, તાણુ થાય કે સાધારણ ઉલટી થાય કે તરત જ



લોકો કહી ઉઠે છે એને કંઈ વળગ્યું છે. કોઈની નજર લાગી છે. એનો જીવ કોઈએ ખાંધ્યો છે. આવી વહેમી માન્યતાને અંગે તો આજે આપણી આવી અધમ દશા થઈ છે. આપણા કરતાં બીજી કોમની સ્ત્રીઓ આજે જે પ્રગતિ કરી રહી છે તે એમના શિક્ષણ તથા આવા જીનવાણી સ્વભાવના વિરોધને જ આભારી છે. હાં અને પેલા કુલાભાઈની સ્ત્રી આવી મારજૂડથી હેરાન-હેરાન થઈ ગઈ હશે.

**માણેક**—હા, વાત જ ન પૂછો. ભારેવાઈ હતી અને તેમાં આવો ત્રાસ એટલો અંદરના બચ્ચાને પણ હેરાનગતી થઈ. છ મહિના પૂરા ન થયા ત્યાં તો એને કસુવાવડ થઈ ગઈ. બાઈ પણ માંડ માંડ બચી.

**સમજી**—એમ જ થાયને? જેવો રોગ થયો હોય તેવું એસડ ન થાય તો શું રોગ મટી શકે ખરો કે? ખેર એ વાતને જવા દે.

**માણેક**—વાડ ત્યારે ગર્ભવાળી સ્ત્રીને પેશાબ કમી થવો એ જ્યારે એટલું બધું નુકશાન કરનારું છે, ત્યારે તો તેનો કોઈ સારો ઇલાજ જાણી રાખવાની ખરેખરી જરૂર છે.

**સમજી**—તેવી જરૂર છે જ તો. જ્યારે રોગ જાણવામાં આવ્યો, ત્યારે તેનો ઇલાજ પણ જાણવો જોઈએ. નહિ તો માત્ર એકલો રોગ જાણી રાખ્યાથી ફળ શું?

**માણેક**—તે ખરું જ છે તો. વાડ ત્યારે, ગર્ભવાળી સ્ત્રીને પેશાબ ઓછો થાય, તેનું શું કાંઈ કારણ હશે?

**સમજી**—કારણ તો છે જ. ગર્ભ રહ્યા બાદ જેમ જેમ દિવસ જતા બંધ છે, પેટ જેમ જેમ મોટું થાય છે, અને

છોકરું જેમ જેમ વધે છે, તેમ તેમ પેટની અંદરનાં જે સઘળા ભાગો છે, તે બધાના ઉપર તેટલો વધુ ભાર પડે છે. જે ભાગમાં પેશાબ ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યાં પણ એવી રીતનો બોલો પડે છે; અને તેથી કરીને જ મહિનાવાળીને પેશાબ એછો ઉતરે છે. કેટલીક વખત ગર્ભ જ્યારે પેશાબની નળી પર દબાણ કરે છે ત્યારે પેશાબ અટકી જાય છે. ગર્ભસ્થાન પાછળ ઢળી પડે છે ત્યારે પણ આ નિશાની માલમ પડે છે.

માણેક—હવે હું સમજી. ગર્ભિણીને આડાની કબજા-યાત પણ ત્યારે તેથી કરીને જ થતી હશે કે ખરું ને ?

સમજી—હા, આડાની કબજાઆત પણ બરાબર એજ કારણથી થાય છે. આંતરડાની ઉપર બાળકનો ભાર પડે છે, તેથી જ ખુલાસાથી આડો ઉતરતો નથી.

માણેક—ત્યારે આડાની કબજાઆત મટાડવાને માટે જેમ તમે સહેલો સટ ઉપાય બતાવી દીધો, તેમ પેશાબ છૂટથી ને ખુલાસાથી થાય તેનો પણ એવો કોઈ સહેલો ઉપાય કહી દો ને ?

સમજી—બરફ નાંખીને ખૂબ ઠંડું કરેલું પાણી રોજ ત્રણ ચાર ગ્લાસ અથવા પવાલાં જેટલું પીધાથી પેશાબ ખુલાસાથી થાય છે.

માણેક—બરાબર, એ ઉપાય તો બહુ સહેલો છે. પરંતુ ગામડાગામમાં બરફ ક્યાંથી મળે, બહેન ? ગામડાના લોક તો બરફ કહી નજરે પણ દેખતાં નથી. વાડ, ઠીક છે, પણ પોષ કે માહ મહિનામાં તો સઘળું પાણી જ બાણું

બરફ નાંખીને ઠંડું કરેલું હોય તેવું બહુ ટાડું થઈ જાય છે, તેવે વખતે પણ શું બરફ નાંખેલું પાણી પીવું જોઈએ ?

સમજી—ના, ત્યારે તો માત્ર એકલું તેવું ઠંડું પાણી પીધાથી પણ કામ ચાલે છે બરફ મળી શકે તો બરફવાળું પાણી પીવું નહિ તો પછી ઠંડું પાણી પીવાથી પણ પેશાબની છૂટ થઈ જાય છે. જેમ વધુ પાણી પીવાશે તેમ પેશાબની છૂટ થતી જશે અને વારંવાર પેશાબની હાજત જો થતી હશે તો તે અટકી પણ જશે.

માણેક—એ સિવાય બીજો કોઈ ઉપાય છે ખરો ?

સમજી—હા, કેમ નહિ ? ગરમ કર્યા વગરનું દૂધ અને પાણીને સરખે ભાગે મેળવીને રોજ સવારે અને સાંજે એક વાટકી ભરીને પીવાથી પણ પેશાબનું દરદ મટી જાય છે. ફળ ખાવાથી પણ ક્યારેક આ મટી જાય છે.

માણેક—શું કહો છો ? ત્યારે તો એ બહુ સહેલો ઉપાય દેખાય છે. વાડ, હવે બીજું શું કરવાનું રહે છે ?

સમજી—ગર્ભવાળી સ્ત્રીને જેમ ઝાડો અને પેશાબ ખુલાસાથી અને સહેલાઈથી થવાની જરૂર છે, તેમ સહેલાઈથી પરસેવો થવાની પણ તેટલી જ જરૂર રહેલી છે.

માણેક—પરસેવો તો આપોઆપ જ થાય છે ને ? એને સાંઝે વળી કંઈ કરવું પડતું હશે ખરું ?

સમજી—બધું એની મેળે તો થાય છે જ. ભૂખ પણ એની મેળે જ લાગે છે. તે છતાં ખાવાપીવામાં ગફલત કે ભૂલથી થાય તો કેમ ભૂખ લાગતી નથી ?

માણેક—બરાબર, એ વાત તો કાંઈ ખોટી નથી. ત્યારે શું નિયમ નહિ સચવાયાથી—ગરુલત કે બૂલયૂકથી પરસેવો થવામાં પણ અડચણ આવે કે ?

સમજી—હા. શરીરને બરાબર સાફસૂક નહિ રાખ્યાથી સારો પરસેવો થાય નહિ. શરીરે ખૂબ ઠંડો પવન લાગ્યાથી પરસેવો થતો બંધ થાય તેમજ ટાઢના દિવસોમાં શરીર પર લુગડાં લત્તાં બરાબર પહેરીને ટાઢને રોકી નહિ શક્યાથી પણ પરસેવો થઈ શકે નહિ.

માણેક—તમે કહ્યું તે તદ્દન સાચું જ છે. અમારી વહુ બેટીઓ તો એમાંનો એકેય નિયમ પાળતી નથી. તેમને તો બધું જ સરખું. પછી શિયાળો હોય કે ઉનાળો, શરીરની આરોગ્યતા માટે તો ધ્યાન આપવું જ જોઈએ.

સમજી—અને એટલે જ તો તેઓ જાતજાતનાં દરદથી પીડાય છે. સ્ત્રી સારી હોય ત્યાં સુધી ઠીક છે પણ જ્યારે તેનું શરીર કથળે છે ત્યારે તો તોળા. આપણી ભારેવાઈ બહેનો આવું ધ્યાન આપતી નથી એટલે તેઓ પીડાય છે રીખાય છે અને તેમની સુવાવડ કથળી જાય છે.

માણેક—એ તો સાચી વાત કહી. શરીરે બરાબર સાજી તાજી સગર્ભા સ્ત્રી તો ઘણું કરીને કોઈ જોવામાં આવતી નથી. કાંઈને કાંઈ અસુખ તેમને હોય છે જ.

સમજી—ખોલો ત્યારે, હવે તમે શું ધારો છો ? એમ હોય છે તો પછી તેમના પેટમાંનાં છોકરાં સાબાં રહી શકે શી રીતે ? અને એવી સાજી માંદી ગર્ભિણી બહેનોનાં જે છોકરાં થાય તે લાંબા હહાડા જીવી શકે પણ કેવી રીતે ?

માણેક—કેવી ભયાનક વાત ! ત્યારે તો ગર્ભિણી સ્ત્રીઓના દોષથી જ આપણાં કન્યાં બચ્ચાંની એવી દુર્દશા થાય છે ?

સમજી—તેમ નહિ તો બીજું શું ? એમ ન હોય તો પછી આમ ચીપી ચીપીને કહું છું તે શાને માટે ?

માણેક—તમારો ઉપકાર બહેન. આવી બાબતો તમે સારી રીતે અમને શીખવી દો. પછી જીવો મણીને અમે બરાબર એ જ નિયમ મુજબ રાખીએ છીએ કે નહિ ?

સમજી—કેમ ન રાખી શકાય ? એમાં કાંઈ મુશ્કેલ તો છે જ નહિ. અઘરું ધારીને જે કરે નહિ, તે જ માત્ર અઘરું ગણવું. આપણે એવા કેટલાય સેંકડો સહજ કામને અઘરાં ધારીને તેની આડે પણ ઉતરતાં નથી. શરીરને સાફસૂફ રાખવું, ટાઢના દિવસોમાં પૂરતાં લૂગડાંલત્તાં પહેરીને-ઓઢીને ટાઢથી દેહનું રક્ષણ કરવું. ચોમાસામાં વરસાદના પાણીથી પલળવું નહિ, અને ગમે તે સમય હો, પણ ખૂબ ઠંડો પવન શરીરે લાગવા ન દેવો, એ બધું કરવું એને શું તમે મુશ્કેલ વાત કહો છો ?

માણેક—ના, તેને વળી મુશ્કેલ વાત કેમ કહી શકાય ? શરીરને સાફસૂફ રાખ્યાથી અને અંગ પર લૂગડાંલત્તાં પહેર્યાં ઓઢ્યાથી જો શરીર સાબુ તાબું રહે, તો પછી એના કરતાં સહેલો ઉપાય બીજો કયો હોઈ શકે ?

સમજી—શરીરને સાફસૂફ રાખ્યાથી અને ઠંડો પવન અથવા હીમ કે ઝાકળ શરીરે નહિ લાગ્યાથી ચૌદ આની રોગના હાથથી બચાવ કરી શકાય. કફ, ઉધરસ,

વાયુ, તાવ, પેટની પીડા, ગળામાં વેદના, શૂળ અને ચૂંક, એ બધાં રોગ બહુ ઓછા થાય, અથવા ન થાય એમ કહીએ તો પણ સાહે. આ બધા રોગો શરીરની અસ્વચ્છતાને લઈને જ જન્મે છે.

માણેક—હહાડાવાળી સ્ત્રીને એવા બધા રોગ થાયું કરીને થાય છે. ઠીક, ત્યારે તો એમ જ કેમ કહેતાં નથી, કે એ બધા રોગને આપણે હાથે કરીને તેડું કરીએ છીએ?

સમજી—તેમ નહિ તો બીજું શું? રોગને પણ આપણે હાથે કરીને જ બોલાવીએ છીએ, અને મરીએ છીએ પણ હાથે કરીને જ.

માણેક—શું પરસેવાની જરૂર છે?

સમજી—શરીરમાંથી ઉત્પન્ન થતાં ઝેરી પદાર્થો નિયમિત રીતે બહાર નીકળી જવા જોઈએ. અને આવા પદાર્થો મળ-મૂત્ર, પરસેવો અને ફેફસાં દ્વારા નીકળે છે. આ કારણને લઈને પરસેવાની ખાસ જરૂર રહેલી છે.

માણેક—સાચું કહ્યું તમે. હવે બીજો કયો નિયમ પાળવાનો છે? ઠંડીના દિવસોમાં જ્યારે પરસેવો થતો નથી ત્યારે પેશાબ વધુ થાય છે.

સમજી—ખાવાપીવામાં ખૂબ સાવચેતી રાખવી જોઈએ.

માણેક—કેવી રીતની સાવચેતી રાખવી જોઈએ, તે બરાબર કહી દેખાડોને?

સમજી—બરાબર કહી દેખાડવાનું એમાં શું છે? જે ખોરાક સહેલાઈથી પચી શકે, તેવો ખોરાક ખાવો

સારો છે એટલું માત્ર યાદ રાખ્યું એટલે બસ. મણીને જે ખોરાક ખવડાવો, તેમાં ત્રણ ગુણ ખાસ હોવા જોઈએ.

માણેક—એ ત્રણ ગુણ કયા ?

સમજી—સાદો, પુષ્ટિકારક અને સહેલાઈથી પચે એવા ગુણવાળો ખોરાક જ ઉત્તમ છે.

માણેક—આપણે દૂધ, રોટલી, ભાત વગેરે ખાઈએ છીએ તેમાં પણ એ ત્રણ ગુણ તો હોય છે ને ?

સમજી—હા, છે જ. સારી જાતના ચોખાનો ભાત, મગની દાળ, દુધી વગેરે રસદાર શાક અને દૂધ. એ સામાન્ય ખોરાક પણ ખરો, બળકારક પણ ખરો, અને પચી જાય પણ સહેલાઈથી.

માણેક—ત્યારે તો બીજું શું જોઈએ ? મણીને બરાબર નિયમ રાખીને એવો જ ખોરાક હું આપીશ પણ વાડ, મગની દાળ વિના બીજી કોઈ દાળ ન અપાય ?

સમજી—કેમ ન અપાય ? તુવેરની દાળ પણ ખવરાવી શકાય. એ દાળ પણ પુષ્ટિકારક જ છે.

માણેક—ઠીક, ત્યારે મણીને કોઈ ખાટો પદાર્થ એટલે ખટાશની ચીજ ખવરાવી શકાય કે નહિ ?

સમજી—દાળભાતની સાથે પાકા લીંબુની એકાદ ચીરી અપાય તો વાંધો નથી. બધી ભારેવાઈ સ્ત્રીઓએ દાળ-ભાતની સાથે એ પ્રમાણે એકાદ લીંબુ ખાતા રહેવું એ સારું છે. લીંબુમાં લોહીને શુદ્ધ કરવાનો ખાસ ગુણ રહેલો છે.

માણેક—બહુ સારું, મણીના ખાવાપીવા સંબંધી બીજું કંઈ કહેવા ધારો છો ?

સમજી—હા, હજી બીજું પણ કેટલુંક કહેવાનું બાકી છે.

માણેક—ત્યારે તે બધું કહોને, બહેન!

સમજી—મણી જ્યારે ખાય ત્યારે સારી પેટે ચાવી ચાવીને ખાય. ચાવીને ધીમે ધીમે ખાધાથી ખાધેલું પચી જાય છે લપ-લપ કરીને ઉતાવળું ઉતાવળું ખાવાથી તે સહેલાઈથી પચતું નથી. પાચન નહિ થયાથી અનેક પ્રકારનું અસુખ અથવા પીડા થઈ આવે છે. આપણને અપચો થયાથી, પેટની પીડા થયાથી પેટમાં અમળાયા કે ચુંકાયાથી માત્ર પીડાથી જ દુખી થઈ એ છીએ. પરંતુ ગર્ભિણી તો તેના સિવાય પાંદું બીજી એક જાતનું દુઃખ પણ પામે છે.

માણેક—તે દુઃખ વળી કેવી જાતનું ?

સમજી—ગર્ભિણીને અપચો થયાથી પેટની પીડા થયાથી, કે પેટમાં અમળાયાથી કે ચુંકાયાથી પ્રસવવેદનાના જેવું દુઃખ થઈ આવે છે અને એમ થાય છે એટલે એવી સ્ત્રીઓ લય પામી જઈ બેબાકળી થઈ જાય છે તથા તેમના ઘરના માણસો પણ લયલીત થાય છે.

માણેક—શું કહો છો ? ગર્ભિણીને પેટની પીડા થયાથી એટલું બધું થઈ શકે છે ?

સમજી—થઈ શકે છે એમ પૂછો છો ? એમ થતું જ રહે છે તે જોતાં નથી ?

માણેક—ઠીક ત્યારે, ભારેવાઈને પેટની પીડા થયાથી ખરેખર જ શું ગર્ભસ્ત્રાવ થાય-અધુરે જાય ? આવું બને ખરું ?



સમજી—કેમ ન બને ? ઓસડવેસડ ખવડાવી પીવડાવીને પેટની પીડા બે મટાડવામાં ન આવે, તો નકલ્લી એટલે ખોટી વેદના છેવટે ખરી થઈ પડે છે અને એમ થાય એટલે પછી ગર્ભસ્ત્રાવનો અટકાવ કોણ કરી શકે ?

માણેક—ઓ બાપરે ? આટલું બધું બચાનક ? આવું છે ત્યારે તો ગર્ભાવસ્થાના પેટના અસુખને જેવું તેવું સમજવું ન બેઠએ.

સમજી—અલબત્ત, એમ ન સમજવું. એવું ન હોય તો મણીને આવીઆવીને ખોરાક ખાવાનું કહું શું કરવાને ?

માણેક—વારૂ ઠીક, હવે પછી શું કરવું તે જણાવો.

સમજી—ખાતી વખતે વારે ઘડીએ પાણી પીવું એ સાઈ નથી. ખાતાં ખાતાં અથવા ખાઈ ઉઠીને પુષ્કળ પાણી પીધાથી પણ આધેતું બરાબર પચતું નથી, પેટમાં ભાર થાય છે અને અગ્નિ મંદ પડી જાય છે. અજીરણ પણ એનાથી જ થાય છે.

માણેક—ત્યારે પાણી ક્યારે પીવું ?

સમજી—ખાઈ ઉઠ્યા બાદ થોડીકવાર પછી પાણી પીવું એ જ સાઈ છે. જેનાથી પાણી વગર ન રહી શકાય, તેણે જ એ નિયમનો ભંગ કરવો. એટલે ન છૂટકે પાણી પીવું. પરંતુ ખાતાંખાતાં અથવા ખાઈ ઉઠીને પુષ્કળ પાણી ઢીંચવું એ કોઈ પણ વાતે સલાહભર્યું નથી.

માણેક—ખાઈને તરત જ કામે લાગી જવું તે ઠીક

કહેવાય ખરું? ચંચળ બહેન કહે છે કે ખાઈને કામે લાગી જવાથી ખાધેલો ખોરાક જલદી પાચન થઈ જાય છે.

**સમજી—**ના, એ ખોટું છે. ખાઈને તરત જ કામે લાગી જવાની સલાહ ચંચળબહેન આપતાં હોય તો તે તેમની ભૂલ છે. ખાધા પછી થોડીકવાર પણ આરામ લેવો જ જોઈએ. જમ્યા પછી આરામ લેવાથી ખોરાક પચવામાં જરાય હરકત નડતી નથી. પણ આમ કહેવાથી એમ ન સમજવું કે દિવસે ખાઈને ઊંઘવું. દિવસે ખાઈને ઊંઘ્યાથી તો શરીરમાં આળસ ભરાય છે. ભાગ્યા તૂટ્યા જેવું થઈ જાય છે, કાંઈ કામકાજ કરવાની ઇચ્છા થતી નથી અને સદાએ સૂઈ રહેવાની જ મરજી થયા કરે છે. વળી દિવસે સૂવા ઊંઘવાનો બીજો એક ખાસ દોષ એ છે કે, રાત્રે સારી ઊંઘ આવતી નથી. અને રાત્રે બરાબર સારી ઊંઘ ન આવવી એ કેટલું દુઃખનું મૂળ છે તે કોણ નથી જાણતું? રાત્રે સારી ઊંઘ ન આવવી એ માત્ર કષ્ટ જ છે એમ નથી, પણ એથી ખોરાકનું પાચન પણ બરાબર થતું નથી. અને પાચન બરાબર ન થયાથી ગર્ભિણીને કેવું નુકશાન થાય છે, તે તો અગાઉથી તમને જણાવી ચૂકી છું. કેમ, એ યાદ છે ખરું ને?

**માણેક—**એ તે કદી ભૂલી જઈ કે? તમે જે જે કહ્યું છે તે બધુંય મેં કાળજીમાં ઠેર રાખ્યું છે.

**સમજી—**એમ જ ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ.

**માણેક—**હીક, ગર્ભિણીને ઠાંસી ઠાંસીને-ખૂબ ખવરાવવું એ સારું છે ખરું?

સમજી—કેમ ? એ શા માટે પૂછવું પડ્યું ? ગર્ભિનીને ખૂબ ઠાંસી ઠાંસીને ખવરાવ્યાથી તેના પેટમાંનું છોકરું મજબૂત જોરાવર થાય એમ તમે ધારો છો ?

માણેક—ના, પણ પશા પટેલના વહુ કહેતાં હતાં કે ગર્ભિનીને જેમ અને તેમ ખૂબ ખવડાવવું. એથી ગર્ભને પોષણ મળે છે એટલે જ તમને આ પૂછ્યું.

સમજી—ગર્ભિનીને સારા સારા મિષ્ટાન્ન ખવડાવવા, તથા એવી જ ભારે માત્ર મલીઠાવાળી ચીજો ખવડાવવી તે લાભકારક નથી. એનાથી કશો ફાયદો થતો નથી, પણ ઉલ્ટું તેથી પેટમાંનાં છોકરાંનું અનિદ્ર જ થાય છે.

માણેક—શું કહો છો ? એવું છે, ત્યારે તો તમે મારી એક બહુ જ મોટી ભૂલ સુધારી દીધી.

સમજી—ગર્ભિનીને કોઈપણ ભારે ચીજ ખવડાવવી સારી નથી, તેમ મોડી રાત્રે ખવડાવવું એ પણ સાફ નથી. પેટમાં પીડા કરે એવી કોઈપણ ચીજ મણીને ખાવા આપશો નહિ. ખાવામાં સંભાળ રાખવી. પેટમાં પીડા થવી એ બહુ જ નુકશાનકારક છે. એ પીડાને વધારો થયાથી ગર્ભપાત થઈ જાય છે.

માણેક—પેટમાં પીડા થયાથી જ્યારે પ્રસવ વેદનાના જેવું દુઃખ થાય એવું તમે જણાવ્યું અને વળી જો એ પીડા વધી જાય તો ગર્ભપાત પણ થાય એવું જણાવ્યું. મણીને ભારે ન પથે એવો જોરાક આપવાનું મૂખાઈભર્યું કામ હું ન જ કરું.

સમજી—બીજું કહું છું તે સાંભળો. કેટલીકને સવારમાં સુતી ઊઠે કે તરત જ ખૂબ ભૂખ લાગે છે. તમારી મહીને જો એમ થતું હોય, તો પેટમાં પીડા ન કરે એવું કંઈ ખાવાને તેને આપજો કેમકે તેને ભૂખી રાખવાથી પણ ઘણું નુકશાન થાય છે.

માણેકે—આ પણ અગત્યનું છે. આપણી ભારેવાઈ સ્ત્રીઓ આ સમજતી નથી અને વ્રત-ઉપવાસ વિગેરેના બહાને મહિનામાં ચાર-છ ઉપવાસ કે લાંઘણ ખેંચી જ કાઢે છે.

સમજી—શું કહો છો? ઉપવાસ કર્યાથી પેટમાંનું બચ્ચું દુઃખી થાય છે, તે વાત શું ભારેવાઈ સ્ત્રીઓ જાણતી નથી? ગર્ભિણીનું શરીર સાચુંતાણું હોય તો જ તેના પેટ-માંનું બાળક પણ સાચું તાણું રહેને?

માણેકે—એમાં વળી ખોટું શું?

સમજી—ગર્ભવાળી સ્ત્રીઓએ એટલી વાત ખૂબ યાદ રાખવી કે તેમના પોતાના શરીરની સંભાળ રાખ્યાથી પેટ-માંના છોકરાંની સંભાળ રહે છે. એવી સ્ત્રી જો પ્રસવ થતાં સુધીના બધા દિવસ સાજા તાજા શરીરે કાઢે, તો તેના પેટમાંનું છોકરું રૂઢપુર અને તાંદુરસ્ત બને તેમાં નવાઈ જ નથી. સવારે સનાં ઉઠતી વખતે જો શરીર ભાગ્યા તૂટ્યા જેવું જણાય તો પથારીમાંથી ઉઠ્યાની સાથે જ થોડુંક દૂધ પી જવું. આ બધા નિયમો જે હું કહું છું તે તમે સાંભળો છો ખરાં ને?

માણેકે—હા, હા, સાંભળું છું.

સમજી—હીક, ત્યારે કહેજોઈએ, મેં કેટલા નિયમ કહ્યા ?

માણિક—એકંદર નવ દશ.

સમજી—ખરી વાત, તમે મન દઈને સાંભળો છો એટલે જ આ બધું કહેવાનો મારો ઉત્સાહ વધે છે, સાંભળો—

માણીને પહેરવાનાં લૂગડાંલત્તાં ખરાબર સાફસૂફ રાખવાને કહો, વળી કપડાં કસીને એટલે કે તંગ પહેરવા ન દેશો. ગર્ભવાળી સ્ત્રીએ ખૂબ ઢીલાં કપડાં પહેરવાં જોઈએ. વળી કોઈપણ કપડું જરા પણ ભીનું રહે નહિ. સારા સૂકાં કપડાં પહેરવાં જરૂરનાં છે.

બહુ પરિશ્રમ કરવા દેશો નહિ. પણ એમ કહ્યાથી પાછી છેક બેસી પણ ન રહે તે ખાસ જોશો.

માણિક—વારૂં, જો હું તેને કામ કરવા ન દઉં, તો તેથી શું કાંઈ નુકશાન છે ?

સમજી—હા, નિરંતર બેસી રહ્યાથી શરીર હરામ હાડકાંનું થઈ જાય છે. અને તેમ થયાથી જણુતાં દુઃખ પામે છે, જે સ્ત્રી ગર્ભ રહ્યા પછી ખરાબર નિયમિત પરિશ્રમ કરતી રહે છે, તે સુખ શાન્તિમાં રહે છે, તેના પેટમાંનું છોકરું પણ સાજી તાજી રહે છે અને જણુતી વખતે કષ્ટાતી નથી. તેની સુવાવડ સારી રીતે પસાર થાય છે.

માણિક—ત્યારે તો ગર્ભિણી સ્ત્રીને રાજ નિયમિત શ્રમ કરવા દેવાની બહુ જ જરૂર જણાય છે.

સમજી—હા, અગત્ય છે જ તો. નિયમિત શ્રમ કર્યાથી શરીર સખળ રહે છે. અને શરીર સખળ અને વશ રહ્યાથી

ગર્ભવાળી સ્ત્રીના સહજ છૂટાછેડા થઈ શકે છે. તે જરાય કષ્ટાતી નથી.

માણેક—આપણા ઘરઘંધાનાં બધાં કામકાજ ક્યાંથી પણ નિયમિત શ્રમ કર્યો તો કહેવાય ને ?

સમજી—નહિ કેમ ? ઘરનાં નિયમિત કામ ક્યાંથી તો આપણી વહુ દીકરીઓ ગમે તેવું ટાઢું શીળું ખાધા છતાં પણ ટકી શકે છે. તેમને પણ બીજી કોઈ રીતનો શ્રમ કરવાની કશી જરૂર નથી. પણ જેઓને ત્યાં કામ કરનાર ચાકર ચાકરડીઓ હાજર ને હાજર હોય છે જેઓ વાંકી વળતી નથી. તેઓએ શરીરને કસતાં રહેવું બોધ્યું. નહિ તો જણીતી વખતે ચાકર ચાકરડીઓ તેને કશા કામમાં આવી શકતાં નથી. ગર્ભ રહ્યા બાદ જે સ્ત્રી શરીરને કસતી રહીને પોતાને વશ રાખે છે, જે નિયમિત રીતે રહી પોતાને ગર્ભકાળ વીતાવે છે તે જ જીતે છે. દાયણ આવે તે પહેલાં તો તે બચ્યું જણી કાઢે છે. જે સ્ત્રી ગર્ભ રહ્યાથી એમ માને છે કે કામ કરશું તો પછી તે સદાનું કપાળે ચોંટશે અથવા બે જીવ સોતી કામ ક્યાંથી કરમાઈ જવાશે તેના તો ખાર જ વાગી જાય છે. તાણખેંચ કરીને જણાવ્યા સિવાય તેના છૂટા છેડા થઈ શકતા નથી. અને એ હેરાન-હેરાન થઈ જાય છે.

માણેક—હવે એ વાત તો બરાબર મારા સમજ્યામાં આવી. એવા દારણથી જ ગૃહસ્થ લોકોની વહુ દીકરીઓના કરતાં ગરીબ લોકોની વહુ દીકરીઓ જણીતી વખતે બહુ ઓછી કષ્ટાય છે, કેમ ખરું ને ?

**સમજી**—હા. ખરેખરી વાત તમે કહી. અમારી કોઈ વહુ છોકરીઓ જણતી વખતે ઘણું કરીને કાંઈ પણ કષ્ટાતી નથી. કેાઈ અનાડી હાયણના દોષથી એકાદને વખતે કાંઈ કષ્ટ ભોગવવું પડે તે વાત જીદી છે.

**માણેક**—તમારી વહુ દીકરીઓની તો વાત જણાવી. પણ અમારી વહુ દીકરીઓની વાત એટલે તેમની શી દશા થાય છે તે તમે સાંભળો તો તમારી અક્કલ જ ગૂમ થઈ જાય ?

**સમજી**—તે સાંભળવી પડે શા માટે ? રોજ જે નજરે જોવામાં આવે છે તે વાત સાંભળવાની જરૂર શી છે ? તમારી વહુ દીકરીઓને જણાવતાં જણાવતાં તો મારા માથાનો પરસેવો પગ સુધી ઉતરે છે. માત્ર બેઠે બેઠે ખાધા કરે—તાણખટું તોડીને કડકા સરખાએ ન કરે એથી શું અંગમાં જોર આવે કે શરીર વશ રહી શકે ? તેમના ઘણીઓ ઘરકામ કરે, બજારમાં જાય તે તેઓ ખાસ્સી જોયા કરે. આવી આખા હાડકાની સ્ત્રીઓ આપણા સંસારમાં શું ભલીવાર કરી શકે.

**માણેક**—તેથી જ જણતી વેળાએ તેમની દુર્દશા પણ તેવી જ થાય છે ને ?

**સમજી**—એમાં નવાઈ પણ શું છે ? આજકાલની ખાયડીઓથી તો તોખા ! પહેલાં તો તમારા ગૃહસ્થ લોકોના ઘરમાં એક ઘરરખુ બેઠું હોય તો ઘરના માણસને પોતાના ઘર માટે જરાય ચિંતા રાખવી પડતી નહોતી. પણ અત્યારે

તો ઉલટી ગંગા જ માલમ પડે છે. જેમને સાઈ ખાવા પીવાનું ને ઝોઢવા પહેરવાનું મળતું નથી, તેમને પણ સ્ત્રીઓને માટે નોકર ચાકર રાખવા પડે છે. આજકાલ જોઈએ છીએ તો, ગૃહસ્થ લોકોના ઘરમાં સ્ત્રીઓને સાડ જ ધરના પુરૂષો માર્યા માર્યા ફરે છે. ઘણી તો મહિને દિવસે દસ રૂપરડી પણ પેદા કરી શકતો ન હોય, પણ બૈરીની સાહેબીને માટે રોજના ચૌદ આનાના પૈસા ખર્ચ કર્યા વિના છૂટકો થતો નથી. આવો સંસાર છે !

માણેક—તમે તો બહુ પાછા જણાવ છો ને ! આટલી બધી બખર પણ રાખો છો !

સમજુ—બખર ન રાખીએ તો ચાલે કેમ ? હું તો અનુભવથી જોડું છું કે ગૃહસ્થ અને આખરૂદાર ગણાતા લોકોના ઘરમાં જ આજકાલ ઘણી પૈસાની ભારે પીડ હોય છે.

માણેક—એવી ભીડ વેઠવી પડે છે, તે શું માત્ર તેઓની બાઈડીઓને લીધે જ, એમ તમારું ધારવું છે ?

સમજુ—હા. તેમ નહિ તો બીજું શું ? અમારાં લોકના ઘરનાં બૈરાંઓ પુરૂષોને જેવી મદદ કરે છે, તેવી મદદ તમે તમારા ઘરમાં કરો અને પછી બુઓ કે એવી ભીડ કેમ રહી શકે છે ? બહાર ગયા આવ્યા વિના ઘરની અંદર રહીને પણ તમે શું તમારા માણસોને મદદ કરી શકો નહિ ? પણ તમારે તો ઘરમાં રાંધવા બાંધવાને માટે પણ રસોઈઓ કે રસોઈધણુ જોઈએ. અને જે કામ તમે કરી શકો, રમતાં રમતાં—કરી શકો, તેવાં કામકાજ કરવાને



માટે પણ તમારે ચાકર ચાકરડીઓની જરૂર પડે, એમાં પછી પુરૂષોનો દોષ શો કાઢી શકાય? તે બિચારા તમારાં ચાકર નોકરોના પગારની ભેગવાઈ કરે, કે તમારાં અન્ન-વસ્ત્રાદિનું ખૂંડ કરે?

માણેક—એ વાત તમે સાચી કહી, બહેન! અમારી વહુભેટીઓ એ બધી બાબતનો વિચાર કરી ઘરની શક્તિ કેટલી છે તે સમજીને કામ કરે તો બહુ સાફ થાય. વારં, હવે બીજું શું કહેવાનું છે?

સમજી—હા, કહું છું. કોઈ કોઈ સ્ત્રીના પેટની ચામડી નરમ, ઢીલી—ઝુલતી રહે છે. એવી સ્ત્રીને મહિના રહે છે ત્યારે તેનું પેટ લચી પડે છે. અને એમ પેટ લચી પડ્યાથી તેને પીડા જેવું થાય છે. તેથી મણીને જો એમ જણાય, તો એક લૂગડાવતી તેના પેટને—ઝૂલતા ભાગને—ઊંચકીને બાંધી રાખવાનું કહેજો. એમ બાંધી રાખ્યાથી પછી કશું દુઃખ નહિ પડે. વળી કોઈ કોઈ ભારેવાઈ સ્ત્રીના પેટ જેમ જેમ વધતું જાય છે તેમ તેમ તેના પેટની ચામડી તણાઈને ચીરાય-ચીરાય એમ થયા કરે છે. એથી પણ તે બહુ દુઃખી થાય છે

માણેક—એમ કે? ત્યારે મણીને પણ શું એમ થશે ખરું?

સમજી—કદાચ થાય પણ.

માણેક—એમ થાય તો શું કરવું?

સમજી—થાય તો ગભરાવાની જરૂર નથી. જરાક

કોપરેલ તેલ લઈને ધીમે હાથે તેના ઉપર લગાડી દેવું, એટલે એની પીડા મટી જશે. અને જો કદાપિ થાનમાં બહુ પીડા થાય, ધાવણ ભરાયાથી ફાટું ફાટું થઈ પીડા કરે-તો-પણ તેલ ગરમ કરીને તેના ઉપર માલિસ કરવાનું એટલે ચોળવાનું કહેજો. એટલે પીડા મટી જશે.

માણેક-તમે સારી વાત કહી. આ બધું જાણી રાખવું જ જોઈએ. ઠીક આગળ કહો; હવે બીજા કેટલા નિયમો છે ?

સમજુ-બસ, હવે માત્ર બે જ બાકી છે. પણ એ છેલ્લા બે નિયમો બરાબર ધ્યાનમાં રાખજો.

માણેક-કેમ, આગળ કહી ગયાં તે નિયમો શું બહુ કામના નથી ?

સમજુ-કામના નથી એમ ન ધારતાં. જે જે નિયમ કહું છું તે બધાએ યાદ રાખવા જોઈએ, અને તે પ્રમાણે વર્તવું પણ જોઈએ. તો પણ આ છેલ્લા બે બે નિયમો કહું છું તે ખૂબ ધ્યાન રાખીને સાંભળો, એમ માંડું કહેવું છે. એ બાસ અગત્યનાં છે.

માણેક-ઓ મા ! તો એ કેમ નહિ સાંભળું ? તમે જે જે કહેશો તે બધુંએ બરાબર સાંભળી યાદ રાખીશ.

સમજુ-ત્યારે સાંભળો.

મણીને ક્યાંય કોઈ ઠેકાણે એકલી સાથ વગર જવા દેશો નહિ.

માણેક-કેમ બહેન ! તેમાં શું કાંઈ હરકત જેવું છે ?

સમજી—હરકત જેવું તો કાંઈએ નથી, પણ વખતે જીએ-ઝબકે માટે કહું છું.

માણેક—જીવું, ઝબકવું, એ શું ગર્ભિણીને નુકશાન કરનાર છે ?

સમજી—જીવું ઝબકવું એ કાંઈ જેવું તેવું નુકશાન કરનારું નથી. જીવાથી પેટમાંના છોકરાની જેવી ખરાબી થાય છે, તેવી જ ગર્ભવંતી સ્ત્રીની પણ ખરાબી થાય છે.

માણેક—શું કહો છો ? સાંભળીને જ ધ્રુજી જવાય છે. ત્યારે કહોને ખડેન, ભારેવાઈ સ્ત્રી જીને ઝબકે તો તેથી તેને શું નુકશાન થઈ શકે ?

સમજી—કોઈ ભારેવાઈ સ્ત્રીને એકદમ બહુ જીએ, ખૂબ ડરી જઈ ઝબકી ઉઠે તો પછી પૂછવું જ શું ? એવી બીકને લીધે જે ધક્કો તેને લાગે તેનાથી જ તેના પેટમાંનું છોકરું પૂરું થઈ જાય. અને પછી કાં તો તે જ દિવસે અથવા એકાદ દિવસ પછી તેનો ગર્ભસ્ત્રાવ થઈ જાય. વળી એટલું જ નહિ પણ એ ગર્ભસ્ત્રાવ થવાની સાથે જ અથવા વખતે બે-ત્રણ દિવસ પછીથી એ સ્ત્રીનું પણ મૃત્યુ થઈ જાય.

માણેક—ઓ બાપરે ! શું કહો છો ? કેવી સત્યાનાશની વાત ! સાંભળતાં જ જાણે માંડે હૃદય ખંધ પડી જાય છે ! એટલા માટે જ ત્યારે ઘરની આધેડ સ્ત્રીઓ ભારે વાઈ વહુ બેટીને કોઈ ઠેકાણે એકલી જવા દેતી નહિ હોય, એમ લાગે છે. કેમ ખરું ને ?

સમજી—તેમ નહિ તો બીજું શું ? તે સિવાય ભય

પામ્યાથી ગર્ભવાળી સ્ત્રીને ભારે રોગ પણ થઈ શકે છે, અને તેના પેટમાંનું છોકરું પણ જડ જેવું થઈ જાય છે.

માણેક—જડ કેને કહે છે, ખડેન?

સમજી—જે સારી રીતે હાલી ચાલી શકે નહિ, અને જ્યાં રાખીએ ત્યાં જ પડી રહે, તેને જડ કહે છે.

માણેક—ખરી વાત. ત્યારે તો મારો મણીને હું કોઈપણ ઠેકાણે એકલી જવા દઈશ નહિ. વાડું, ખીખું શું કરવું તે જણાવો.

સમજી—વળી જે ઠેકાણે ચેપી રોગ હોય, તેવે સ્થળે કદી પણ ન જવું.

માણેક—ચેપી રોગ એટલે શું, ખડેન?

સમજી—એતારીની ! ચેપી રોગ કેને કહે છે તે પણ તમે જાણતાં નથી ? સ્પર્શસ્પર્શથી જે રોગ થાય તેને ચેપી રોગ કહે છે. શીતળા અથવા ઓરી ખજિયાને ચેપી રોગ કહે છે. ક્ષય, દમ, પણ એક ચેપી રોગ છે. ચાંદા, શુમકા રતવા કે પછી આવા જ ચામડીના રોગો ચેપી રોગ કહેવાય છે. એવા રોગવાળાની પાસે ગયાથી અથવા તેનો સ્પર્શસ્પર્શ ક્યાંથી, સારા સાબ માણસને પણ એ રોગ થાય છે.

માણેક—ઠીક, ત્યારે ગર્ભવાળી સ્ત્રીને શીતળા કે દમ કે ક્ષય તથા એવો રોગ થાય તો તેથી તેને શું હરકત અથવા દુઃખ થાય ?

સમજી—શીતળા નીકળ્યાથી ગર્ભવાળી સ્ત્રી જો કદી

કોઈ પણ પ્રકારે બચી જાય, તો પણ તેના પેટમાંનું છોકરું તો બચવા ન પામે. એટલા માટે ગર્ભિણી સ્ત્રીને શીતળાનો રોગ થાય તો તેને ગર્ભપાત થાય છે જ.

માણુક—શું કહો છો ? એમ હોય તો તો ઘણો જ ખરાબ રોગ કહેવાય.

સમજી—અરે, પણ મને ઘણું જ મોડું થઈ ગયું ! હવે હું રોગાઈ શકું એમ નથી.

માણુક—અરે બેસો, જવાય છે. બીજી કંઈ કરવાનું હોય તે કહીને જાઓ.

સમજી—તમારા પેટમાં ટાઢક હોય એમ લાગે છે; તમે ખાઈ પીને બેઠાં જણાવ છો.

માણુક—અરે, ના રે. પેટમાં ટાઢક તે શાની, બહેન ! હજી તો રાંધવા પણ માંડ્યું નથી.

સમજી—શું બોલો છો ? આજ આટલું બધું મોડું કેમ થયું ?

માણુક—એમજ થયું. કામદાજ કરતાં મોડું થઈ ગયું.

સમજી—ઠીક ત્યારે, એક બે-ત્રણ વાત કહું છું.

સમજી—અરે હા એક ઠીક વાત યાદ આવી. તમારી શેરીમાં કે કોઈ પાડાપાડોશીની વહુ બેટી જે મણીની પહેલાં જણે, તો તેને પ્રસવ થવાની વેળાએ તેના સુત્રાવડના ઓરડામાં મણીને જવા દેશો નહિ. આવી ભૂલ ક્યારેય પણ કરતાં નહિ.

માણુક—કેમ વારૂ. ત્યાં જવામાં કાંઈ હરકત કે નુકશાન છે અરે ?

સમજી—હાસ્તો, કંઈ અમથું નથી કહેતી ?

માણેક—શી હરકત છે, કહોને બહેન ?

સમજી—પ્રસવ થતી વખતનું દુઃખ ઠરઠ જોયાથી મનમાં બહુ ભય ઉપજે છે. એવો ભય ઉપજવો એ સારી વાત નથી. મણીના મનમાં જો એવો ભય એમને એમ બરાબર ઠસી રહેશે તો જણતી વખતે તે ડઝાશે. અને પીડા થતી નહિ હોય તો પણ તે તેનો અનુભવ કરશે.

માણેક—આ મરે ! ત્યારે તો એને એવે ઠેાઠ ઠેકાણે કઠી પણ જવા નહિ દઉં.

સમજી—હા, એમ જ કરવું જોઈએ. વાડ, મણી છેલ્લેલી જે ઢંડાડે નાહી હોય, તે દિવસ બરાબર યાદ રાખવાનું તેને કહેજો.

માણેક—કેમ વાડ, તે દિવસ યાદ રાખ્યાથી શું થશે ?

સમજી—તે કહું છું. મહિને મહિને જે વખતે અટકાવ આવે છે, તે પ્રમાણે ગર્ભ રહ્યા પછી પણ એ વખતે એ દિવસે અટકાવ આવવાના જેવું શરીરને અસુખ થતું રહે છે. ભારેવાઈ સ્ત્રીઓ એ વાત બરાબર સમજી શકતી નથી પણ એવે વખતે જો બરાબર સાચવીને એ ત્રણ-ચાર દિવસ કાઢવામાં ન આવે તો ગર્ભપાત પણ થઈ જાય છે.

માણેક—બરાબર સાચવીને એટલે શું ?

સમજી—વધારે ચાલવું કે વધુ હર-ફર કરવું. અથવા

વધારે શ્રમ પહોંચે, મહેનત પડે, એવું કાંઈ કામકાજ કરવું નહિ. આ માટે બરાબર કાળજી રાખવી.

માણેક—બહુ સારૂ, એને એના અડકાયાનો છેલ્લો દિવસ યાદ રાખવા કહીશ.

સમજી—જે સ્ત્રીઓ મહિને મહિને બાધકની પીડા ભોગવ્યા કરતી હોય, તેમણે તો ગર્ભ રહે ત્યારે એ સમયે ખાસ સાવચેતી રાખીને રહેવું જોઈએ.

માણેક—કેમ, ત્યારે તો, ગર્ભ રહ્યાથી તેમની બાધકની પીડા પણ ચાલુજ રહેતી હશે. અથવા તો તેવી પીડાનો તેઓ અનુભવ કરતી હશે.

સમજી—હા, એમ કહીએ તો તે બહુ ખોટું ન ગણાય. સહેજસાજ કારણથી પણ એ વખતે એના જેવી પીડા થઈ આવે છે. અને તે પછી ગર્ભનો નાશ કરે છે, ત્યારે જ શાંત પડે છે. માટે સાવચેતી રાખવી જરૂરની છે.

માણેક—તમે ઠીક વાત કહી. એ કહેવું માનવા જોગ છે ખરૂં. કારણ અમારા આ મહેલ્લામાં જ એક ઘાંચીની સ્ત્રીને ઉપરાઉપરી ચારવાર ગર્ભપાત થયેલો મેં મારી નજરોનજર જોયો છે. એને બાળકની પીડા હતી તે તો તમે જાણો છો જ. તમારી જ દવાથી, સલાહ-સૂચનાથી તમે એની એ પીડા મટાડી દીધી હતી.

સમજી—હા. તેથી જ કહું છું કે, બાધકની પીડા એ કાંઈ સારો રોગ નથી. કારણ કે એવી પીડા હોય તો ગર્ભ રહેતો નથી. અને કદાચિત પીડા શમી કે મટી જઈને ગર્ભ

રહે તો પણ પૂરા મહિના થતાં સુધી એ ગર્ભ આખાદ-  
સચવાઈ રહેવો બહુ મુશ્કેલ છે.

માણેક—હા, તેમ જ હશે. ઠીક ત્યારે તમારા નિયમો  
હવે પૂરા થઈ રહ્યા લાગે છે ?

સમજી—હા, શું આટલું કહ્યું તે બસ નથી ?

માણેક—બસ છે. હવે હું તમારું કહેવું બરાબર  
સમજી ગઈ છું. તમારે મને હવે વધુ કહેવું પડે એમ નથી.  
તમારી સૂચના મુજબ હું બરાબર મણીને જાળવીશ. તેને  
તે નિયમો પાળવા કહીશ.

સમજી—કહેશો નહિ એટલું જ નહિ પણ તેને ફરજ  
પાડશે. એ કાઢી છોડરી છે એટલે તેને વધુ કહેવું પડે  
નહિ. હા, પણ એક વાત બાકી રહી ગઈ. એ કહું એટલે  
બધું પતી ગયું.

માણેક—ત્યારે કહી જ નાખોને ?

સમજી—પહેલા ત્રણ મહિના મોતીને બહુ સાવ-  
ચેતીથી રાખવાની જરૂર છે.

માણેક—એમ કેમ, બહેન ?

સમજી—કેમ, તે કહું છું. એ વાત તો તમે જાણતાં  
હશે કે જેટલા ગર્ભપાત થાય છે, તે ઘણું ખરું ત્રણ  
મહિના પછી ગર્ભનો નાશ થવાની બહુ બીક રહેતી નથી.

માણેક—શું કહો છો ? પાંચ છ મહિને પણ ગર્ભ-  
પાત થાય છે.

સમજી—નથી થતા એમ કાંઈ હું કહેતી નથી. તો  
પણ ઘણું ખરું તો ત્રણ મહિને જ ગર્ભપાત થતા રહે છે.



એ પછી જુજ ગર્ભપાત થાય છે. વળી છ સાત માસે જે ગર્ભપાત થાય છે એમ તમે કહો છો, તે કાંઈ ગર્ભપાત કહેવાતો નથી.

**માણિક—**કેમ ?

**સમજી—**એ છોકરાં વખતે બચી પણ જાય છે, અને છોકરાં થઈને બચવા પામે તેને પછી ગર્ભનો નાશ અથવા ગર્ભપાત થયો એમ કેમ કહી શકાય ?

**માણિક—**પૂરા છ મહિને છોકરું થાય તો તે શું બચે ખરું ?

**સમજી—**હા બચે, પણ ઘણી મહેનત કરવી પડે.

**માણિક—**મહેનત તો કરવી જ જોઈએ. એમ ન કરે તો એવું કાચું છોકરું બચી શકે શી રીતે ?

**સમજી—**સાતમે મહિને અને આઠમે મહિને જે છોકરાં અવતરે છે તે બેશક બચી શકે છે, એ વાત તો જાણી છે ને ?

**માણિક—**હા, આઠ મહિનાનાં છોકરાં તો કેટલાંએ છે તે જોયાં છે. પણ છઠ્ઠે મહિને અવતરેલું છોકરું બચવા પામે છે, એવું કાંઈ મારા જાણવામાં નહોતું. અને છ મહિને અવતરેલું છોકરું જ્યારે બચી શકે છે, ત્યારે સાતમે મહિને થયેલું છોકરું જીવે, એમાં તો નવાઈ જ શી છે ? પણ હવે તો તમે જાણો. મોડું થઈ ગયું છે. અને તમારે પણ ઘણું કામ બાકી હશે. હું ચે હવે રાંધવાની તૈયારી કરું છું. તમે આજે મને ઘણી જાણવા જેવી વાતો કહી છે.

સમજી—ઠીક, ત્યારે હવે હું જાઉં છું. જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે મને ખબર આપજો. હું તે જ વખતે આવીને ઉભી રહીશ. જો જો પારકું ન ગણ્યો.

માણેક—ખડુ સાઈં બેન ! મારી મણી નિર્વિધને જણ્યો તે તમને સારી રીતે રાજી કરીશ.

સમજી—તે વિષેની કાંઈ ચિન્તા નથી. પણ અરે ! વાહ ! એક ખાસ વાત તો રહી ગઈ.

માણેક—વળી પાછું શું રહી ગયું ?

સમજી—મેં તમને માત્ર એટલું જ કહ્યું છે કે, પહેલાં ત્રણ મહિના સુધી મણીને ખૂબ સાવધાનીથી રાખજો, પણ એ સાવધાની તે કેવી કેવી રીતની, તે તો કાંઈ કહ્યું જ નથી.

માણેક—ખરી વાત. હું પણ એ વાત તમને પૂછવી જૂઠી જ ગઈ. ઠીક થયું, હવે કહો, એ સાવધાની તે કેવી ?

સમજી—પહેલાં ત્રણ મહિનાવાળી સ્ત્રી સાચવી સાચવીને જ આવ કરે, તો ખડુ સાઈં થાય, કોઈ ઠેકાણે જતાં પગ લપસી પડે કે મરડાઈ જાય, અથવા પડી જઈને પછડાય, અથવા કોઈ ભારે ચીજ એકદમ જોર કરીને ઊંચકે, એ ખડુ જ હાનિકારક છે. તેમજ સીડી, ખાંકડો અથવા નીસ-રણી પર થઈને હાંમેશાં વારે વારે ચઢ ઉતર કરવું—એ પણ ભારે નુકશાન કરનાર છે. મોટા દાદર પણ ચઢ ઉતર ન કરવા જોઈએ, એથી ગર્ભપાત થઈ જાય છે અને એમ કયાંથી ઘણી ગર્ભવાળી સ્ત્રીઓના ગર્ભપાત થયેલા મેં નજરે જોયા છે.

મને બરાબર યાદ છે કે, એક ખાટલામાંથી સરકી પડ્યાથી દેસાઇ સાહેબની વહુનો ગર્ભપાત થયો હતો. વળી ગાડીમાં, ગાંઠામાં કે ડોળીમાં બેસીને પણ ત્રણ માસની અંદર ઘણે દૂર સુધી જવું આવવું તે ભારેવાઈ માટે સાઈ નથી.

**માણેક**—વાઈ, ત્યારે અમારી ભારેવાઈ સ્ત્રીઓ જે સાસરેથી પિયર બા આવ કરે છે, તે પણ શું સાઈ નથી ?

**સમજી**—સાઈ તો નથી જ. ત્રણ માસની અંદર ઠોઈ પણ દૂરને ઠેકાણે જવું આવવું સલામતીભરેલું નથી. એવાં એવાં કારણોથી ગર્ભપાત થાય છે.

**માણેક**—જ્યારે ગર્ભવાળી સ્ત્રીને કોઈ ઠેકાણે મોકલવી હોય તો શું ત્રણ માસ થઈ ગયા પછી મોકલવી બેઠાં ?

**સમજી**—હા, જો ખરેખરી જરૂર જ હોય, તો ચોથે મહિને મોકલવી.

**માણેક**—પણ ચોથો મહિનો તો બેઠી મહિનો ગણાય એટલે એવા બેઠીના મહિનામાં તો વહુ દીકરીને કોઈ ઠેકાણે મોકલાય નહિ.

**સમજી**—તે જો મનાતું હોય તો પાંચમે મહિને મોકલવી, તેમાં તો તેમાં કાંઈ વાંધો નથીને ?

**માણેક**—ના. ઠીક, ત્યારે હવે તમે જાઓ, બહેન, તમને બહુ ખોટી કર્યાં.

પ્રકરણ ૨ ભૂં.

દાયણની જરૂર

મણી—બા, મને બહુ અસુખ થાય છે, જીવ કહો-  
વાય છે.

માણેક—કેવી રીતનું અસુખ થાય છે તે મને કહે  
જોઈએ ?

મણી—સવારમાં ઊંઘી ઊઠતી વખતે કોણ જાણે શુંએ  
કાંઈક થાય છે જે હું કહી શકતી નથી, એકાએક શરીર  
જાણે છેક ફાટતું હોય તેવું લાગે છે. અને કાંઈ પણ સાફ  
લાગતું નથી.

માણેક—ઠીક છે; હવેથી સવારે પથારીમાંથી ઊઠતાં  
પહેલાં થોડુંક ગરમ કરેલું દૂધ પીને પછી ઉઠવું જોઈએ.  
અથવા તો ઉઠતાંની સાથે જ દૂધ પી લેજે.

મણી—કેમ, એમ ક્યોથી શું શરીર ફાટફાટ નહિ  
થાય ?

માણેક—શરીર ફાટ ફાટ થતું છેક બંધ થઈ જશે  
એમ તો કંઈ હું કહી શકતી નથી, તો પણ અસુખ ઘણું  
ઓછું થઈ જશે ખરું.

મણી—બા ! થોડું ઘણું પણ ઓછું થઈ જાય તો  
જાણે મારા જીવમાં જીવ આવે.

માણેક—ચિન્તા ન કર, જરૂર હુંજ ઓછું થઈ જશે.

મણી—તો તો બહુ સારું, એમ કરવામાં મને કશી અડચણ નથી. એ તો બહુ સહેલું છે.

માણેક—(બીજે દિવસે સવારે) કેમ બેટા મણી, આજ કેમ છે ?

મણી—રોજના કરતાં તો આજ મને ઘણું સારું લાગે છે, બા.

માણેક—ત્યારે બીજું શું ભેઈએ ? એ જ ઉપાય રોજ કરતી રહેજે, સમજીને ?

મણી—હા, બા, એ તે વળી કહેવું પડે ખરું ?

માણેક—તને જ્યારે જે અસુખ થાય, તે તરત મને કહી દેજે. મેં હાયણ પાસેથી બધું બાણી શીખી લીધું છે.

મણી—હાયણ પાસેથી, બા ?

માણેક—હા, કેમ એમાં આશ્ચર્ય પામે છે ?

મણી—શું હાયણ એમાં હોશિયાર હોય છે ?

માણેક—હા. સુવાવડનું જ તે કામ કરે છે. તું આટલી અજ્ઞાન છે તે તો મેં આજે બહુ. સમજીબડેન પાસેથી મેં બધું બાણી લીધું છે.

મણી—એ સમજી શું હોશિયાર છે ?

માણેક—હા. એના જેવી હાયણ બીજી આપણા ગામમાં છે ખરી ? એ સમજી આપણે ત્યાં છે તેથી તો બધાનો બચાવ થાય છે, નહિ તો ચિન્તાએ મરવું પડત.

મણી—કેમ ? એમાં ચિન્તા શાની ?

માણેક—ચિન્તા ? તે તું હમણાં શું સમજી શકે ?  
જ્યારે જરૂર પડશે ત્યારે જાણ્યામાં આવશે.

મણી—એ સમજીમાં શું એટલા બધા ગુણ છે ?

માણેક—એ વાત શું તું આટલા દહાડા જાણતી નહોતી ? પહેલાં એક ગોરા ડોક્ટરની આયા હતી. તેમને ત્યાં રહીને તેમનાં છોકરાં છૈયાંને સાચવતી ને ઉછેરતી. ડોક્ટર સાહેબ સુવાવડની બધી બાબતમાં બહુ કાબેલ હતા, અને તેમણે જ બહુ પરિશ્રમ અને પ્રયત્ન કરી કરીને સમજીને એ બધું બરાબર શીખવ્યું છે. દેશદેશાન્તરના કેટલાએ મોટા મોટા માણસો મહાં માંગ્યા રૂપીઆ આપીને તેને પોતાને ત્યાં તેડી જાય છે. એના હાથે કોણ જાણે કેવોએ જશ છે કે તેના જતાં માત્રમાં ગર્ભવાળી સ્ત્રીના છૂટા છેડા થઈ જાય છે, અને એની સુવાવડ સારી રીતે પસાર થાય છે.

મણી—શું કહે છે, બા ? એ સમજી એવી હોશિયાર છે ? ઠીક, હેં બા, એ શું આપણી જ્ઞાતિની છે ?

માણેક—એ આપણી જ્ઞાતિની તો નથી. પણ વહેવારમાં-વર્તણૂકમાં-પ્રાદ્દેશી વાણિયાની સ્ત્રીને પણ બાળુએ મૂકે. પણ જાતની હલકી હોવાથી શું થઈ ગયું ? એના ગુણ તો કાંઈ હલકા નથી ! એનામાં ગુણ છે ત્યારે તો લોકો એનો આટલો બધો આદરભાવ કરે છે ને ? નહિ તો બીજી મદ્રાસી ખ્રિસ્તી જાતની સ્ત્રીઓ તો ઘણીય છે, તેમના સામું કેમ કોઈ જોતું નથી ?

મણી—એ વાત ખરી છે, બા ?

માણેક—હાલ આપણા દેશમાં જેટલી હાયણો છે,

તે બધીયે જો સમજીના જેવી હોય, તો પછી વહુ બેટીઓ જણતી વખતે આટલી બધી કષ્ટાય જ નહિ. અને સુવાવડ-માં જ આટલાં બધાં છોકરાં જે પાછાં થાય છે તે પણ મરવા ન પામે. એ નુકશાન શું ઓછું થાય છે કે ? પણ આપણા પુરુષોને તો પ્રસવવેદના કાંઈ સહન કરવી પડતી નથી; એટલે તેઓ તો જેવી તેવી ગમે તે એક દાયણને બોલાવી લાવીને આઘા ખસી જાય છે. પછી આપણે મરીશું કે બચીશું, તેની તેઓ ચિન્તા પણ કરતાં નથી !

મણી—વારૂ બા, બધી દાયણો સમજીના જેવી હોશિયાર અને પાવરધી કેવી રીતે થઈ શકે ?

માણેક—કેમ, તેમને શીખવવામાં આવે તો તેઓ પણ શું શીખી શકે નહિ કે ?

મણી—પણ એમને શીખવે કોણ ? અને કેમ કરીને શીખવી શકે ?

માણેક—હવે તો તેમને શીખવવાનો સારો ઉપાય થયેલો છે. આજે તો સ્ત્રીઓ વાંચી-લખી પણ શકે છે. તેઓ જો મન પર લે તો પોતાની મેળે જ દાયણ બની શકે.

મણી—સ્ત્રીઓ લખતાં વાચતાં શીખે છે તો ખરી, પરંતુ દાયણને શીખવવાની ચોપડી ક્યાં છે ? ચોપડી વિના તો કાંઈ તેમનાથી શીખી શકાય નહિ ને ? અને કદાપિ ચોપડી હોય, તો પણ તેઓ કેમ કરીને શીખવી શકે ? દાયણને લખતાં વાંચતાં ન આવડતું હોય તો પછી તેને શી રીતે શીખવી શકાય ?

માણેક—ઢાયણેને લખતાં વાંચતાં આવડતું ન હોય તો પણ તેઓને શીખવી શકાય છે.

મણી—શી રીતે શીખવી શકાય ?

માણેક—જે સ્ત્રીઓને લખતાં વાંચતાં આવડે છે તેઓ ચોપડીમાં જોઈ જોઈને વાંચી સંભળાવે છે. તો પણ ઢાયણે તો સાંભળીને શીખી શકે. તેમનો ધંધો જ એ રહ્યો કેની ? વળી એવી કોઈ એક ચોપડી મળી આવે તો તે વાંચી સમજીને આપણે પોતે પણ ઢાયણના જેવી થઈ શકીએ. પરંતુ એવી જાતની ચોપડી હાલ મળે છે ક્યાં ?

મણી—ખોળ કરીએ તો મળી આવે તો ખરી, એમ લાગે છે. આજકાલ આટલી બધી ચોપડીઓ નીકળી છે તેમાં આવી અગત્યની બાબતને લગતી ચોપડી કેમ કોઈએ આજ સુધીમાં તૈયાર કરી નહિ હોય ?

માણેક—હથે, એ વાત હમણાં રહેવા દે. વેળા થઈ ગઈ છે, ચાલ હવે નહાવાને સારૂ જઈએ.

મણી—હા, ચાલો.



### પ્રકરણ ૩ જી.

સુવાવડી સ્ત્રીના આરડા કેવો હોવો બેઠાં એ ?

સમજી—કેમ બહેન ? મારી જરૂર પડી ?

માણેક—આવો, એક વાત પૂછવી છે.

સમજી—પૂછોને.

માણેક—હું બેન, મણીને જણવાનો વખત થયો કે નહિ ?

સમજી—કેમ વાડ, એટલામાં નવ મહિના થઈ ગયા કે શું ?

માણેક—થયા નહિ તો શું ? તો પણ હજી પૂરા નવ મહિના તો નથી થયા.

સમજી—ઓહો ! ત્યારે તો હજી ઘણી વાર છે. પૂરા નવ મહિના અને દશ દિવસ ઉપર થાય નહિ ત્યાં સુધી કાંઈ આવવાનું નથી.

માણેક—બધી મહિનાવાળી સ્ત્રીઓ શું નવ મહિના ને દશ દિવસ થાય ત્યારે જ જણતી હશે ?

સમજી—હા, ઘણું કરીને તો એમ ખરું. પછી કોઈને દશ દિવસ વહેલું આવતરે તો કોઈને બે દિવસ વધારે પણ નીકળી જાય. આ તો મેં તમને એનો સીધો સટ હિસાબ કહી દીધો. કેમ સમજ્યા ? વાડું મણી ક્યારે ભારેવાઈ થઈ હતી ?

માણેક—આસો સુઢમાં.

સમજી—એમ કહ્યાથી કાંઈ વળે કે ?

માણેક—ત્યારે શું કહું ?

સમજી—આસો સુઢમાં તો ખરું પણ કઈ તિથિએ, કયે દિવસે ?

માણેક—તે શી રીતે જાણી શકાય ?

સમજી—કેમ, મણી છેલ્લીવાર અડધાઈને નાહી કયે દિવસે ?

માણેક—હા, એ તો કહી શકીશ. આસો સુઢ બીજને દિવસે.

સમજી—ત્યારે તે દિવસથી તેને ગર્ભ છે એમ માનવું જોઈએ.

માણેક—હીક, પછી.

સમજી—પછી શું ? એ આસો સુઢ બીજથી નવ મહિના ગણો.

માણેક—એમ ગણતાં તો અષાઢ સુઢ બીજે નવ મહિના પૂરા થાય.

સમજી—ત્યાર પછી બીજા દશ દિવસ ગણો.

માણેક—એ ગણતાં તો થઈ અષાઢ શુઢ ૧૨.

સમજી—ત્યારે એ અષાઢ શુઢ ૧૨ ને દિવસે તમારી મણીને બાળક અવતરશે એમ માનવું.

માણેક—શું કહો છો ? એ ગણતરી ખરી પડશે ખરી ?

સમજી—ખરાખર એ બારશે અવતરે કે ન અવતરે પણ તેની આસપાસ તો અવતરશે જ. એમાં પછી પાંચ

સાત દિવસ ઓછા વધુ પણ થાય. પણ એનો હિસાબ તો તમે હવે સમજી ગયાં ને ?

માણેક—હા, બહુ સારો ઉપાય બતાવી દીધો. એ સમજવામાં તો કાંઈ મુશ્કેલ નથી. હવે પછી ગર્ભ રહ્યાનો દિવસ જાણી શકતાં જ કહી શકું કે ગર્ભવાળી સ્ત્રીને ક્યારે અવતરશે ?

સમજી—એ પ્રમાણે હિસાબ ગણીને કહી શકાય.

માણેક—ઠીક, ત્યારે તો હજી મણીને પૂરા દિવસ તો નથી થયા, પરંતુ લગભગ થવા આવ્યા ખરા, અને એટલે જ તમને તેડવા મોકલ્યું હતું કે, હવે એને માટે સુવાવડની જગ્યા તૈયાર કરી રાખવી કે કેમ ?

સમજી—સુવાવડનો ખાટલો ઢાળવાની જગ્યા તૈયાર કરી રાખવામાં શી હરકત છે ? એની તો પહેલેથી જ તૈયારી કરી રાખી હોય તો બગડવાનું શું હતું ?

માણેક—ઠીક, ત્યારે કેવી જગ્યાએ મારે પસંદ કરવી જોઈએ ?

સમજી—જગ્યા તો સારી જોઈએ.

માણેક—સારી એટલે કેવી ?

સમજી—એ જગ્યા સાફસુકવાળી અને સ્વચ્છ હોવી જોઈએ, નજીકમાં કેઈ ઠેકાણે દુર્ગંધ કે ગંદવાડ જોઈએ નહિ. વળી તેની ચોતરફ ખુલ્લું હોવું જોઈએ. કે જેથી પવન આવી શકે. સુવાવડના ઓરડાની જગ્યા ભોંયતળિયાની જમીન ખૂબ સૂકી હોવી જોઈએ. ભીની ભેજવાળી જમીન જો હોય તો તે નુકસાન કરે છે. સુવાવડનો ઓરડો

સારો મોટો હોવાની પણ ખાસ જરૂર છે. દશ બાર હાથ લાંબો અને પાંચ સાત હાથ પહોળો હોય તો સાફ. ચોરડાની જમીન સૂકી અને ભેજ વગરની હોવી જરૂરની છે. વળી તેનો પાયો ત્રણ ચાર ફુટ ઉંચો પણ હોવો જોઈએ. શિયાળામાં અને ચોમાસામાં ઉગમણ બારણાનો ચોરડો રાખ્યો હોય તો સાફ. વળી એ ચોરડાની ઉત્તરે અને દક્ષિણે બે સામસામી બારીઓ રાખવી જોઈએ. એ ચોરડો વાળી જૂડીને, સાફસુફ કરીને લીંપીને તૈયાર કરેલો હોય અથવા માટી કે ઇંટોની ભીંતો ચણીને કરેલો હોય તો પણ ચાલી શકે.

માણેક—અહો ! આટલું બધું ! આવી રીતે અમારે ત્યાં તો ચોરડાની પસંદગી કરાતી જ નથી. જેવી જગ્યા મળી ત્યાં ખાટલો પાથરવામાં આવે છે અને તેની સુવાવડ થાય છે. ખાસ કરીને અંધારી-હવા ઉભાશ વગરની જ જગ્યા જ સુવાવડ માટે પસંદ કરાય છે. તમે તો આ નવું જ કહ્યું.

સમજી—હા, નવું જ લાગેને ? પણ એવી ગંદી અને ભેજવાળી જગ્યાએ સુવાવડીનો ખાટલો રાખવો યોગ્ય નથી.

માણેક—કેમ ?

સમજી—કેમ, તે કહું છું. ઠીક, તમે કહો જોઈએ, આપણા દેશમાં સુવાવડમાં જ કેટલા છોકરાં કરી ભય છે !

માણેક—ઘણાં મરે છે એમ આંબળીએ છીએ તો ખરાં.

સમજી—વારું ત્યારે, શાથી એટલા બધાં છોકરાં મરે છે, તેનું કારણ કંઈ તમે કહી શકો છો ?

માણેક—ના, એનું કારણ શું હશે બહેન ? સુવાવડના ઓરડાના દોષથી જ શું એ બધાં છોકરાં મરે છે ? કે પછી એનું કંઈ કારણ બીજું છે ?

સમજી—એકલા સુવાવડના ઓરડાને જ બધો દોષ ન હોય. હાથણ પણ એ માટે કંઈ દોષિત ખરી.

માણેક—મને એનું કારણ તો સમજાવો ?

સમજી—તે જ કહું છું. સુવાવડના ઓરડાનો દોષ એ કે, જે ઠેકાણે સુવાવડનો ખાટલો ઢાળે છે, અથવા સુવાવડીને જે જગ્યાએ સુવાડે છે, તે જગ્યા ગંદી, હવા ઉભાશ વમરની અને મેલી હોય છે. એમાં પ્રકાશ આવતો નથી. પ્રકાશનાં જે કંઈ છિદ્રો હોય તેને પણ ડાટા-ડૂચા મારી બંધ કરી ઓરડો અંધારી ગૂંચા જેવો કરી મૂકવામાં આવે છે. સૂરજનું અજવાળું જો એમાં પ્રવેશે તો બાપના સોગંદ વળી જમીન એવી હોય છે કે તેમાંથી લેજ જ નીતરતો હોય. આવી જગ્યા જો તમને રહેવાને આવે તો તમે એક ઘડી પણ રહી શકો ખરાં ?

માણેક—ઓ મા ! એવી જગ્યામાં તે કેમ કરીને રહી શકાય ? બે દિવસ જ એવે ઠેકાણે રહીએ તો તરત માંદાં પડી જઈએ.

સમજી—ત્યારે હવે કહો. તરતનાં જન્મેલાં કાચાં કુમળાં છોકરાં એવે ઠેકાણે કેમ કરીને રહી શકે ? એવી

જાતના ઔરડામાં રાખ્યાથી તેઓ કદી પણ સળ-સમાં રહી શકે નહિ. કોઈને કોઈ રોગ તેમને થાય જ.

માણેક—જે એમ હોય, તો તો આપણા દેશનાં બધાં છોકરાંને સુવાવડના ઔરડામાં મંદવાડ થતો હશે.

સમજી—ત્યારે શું મંદવાડ નથી થતો એમ તમે ધારો છો કે? કેટલાં છોકરાંની ખબર તમે રાખો છો? વખતે તમે જે કેટલાંક છોકરાંને ઉછરી જતાં જુઓ છો, તેમને નસીબ સંજોગે કાંઈ રોગબોગ થતો નહિ હોય. પરંતુ જે ડોક્ટરોનાં દફતરમાં અને જન્મ મરણની યાદીમાં જુઓ તો તમારા સમજ્યામાં આવે કે આપણા દેશમાં સુવાવડના ઔરડામાં કેટલાં છોકરાં માંદાં પડે છે, અને કેટલાં છોકરાં મરી જાય છે. ડોક્ટર સાહેબને મુખેથી મેં સાંભળ્યું છે કે, તેમના દેશમાં કોઈએક હોસ્પિટલ છે તેમાં ગર્ભવાળી સ્ત્રીઓની સુવાવડ જ થાય છે. એ હોસ્પિટલ પહેલવહેલી ત્યારે થઈ ત્યારે ત્યાં અવતરતાં છોકરાંમાંનાં ઘણાંક અવતર્યા પછી સાત આઠ દિવસની અંદર જ મરી જતાં. ત્યાર પછી એમ થવાના કારણની તજવીજ કરતાં કરતાં છેવટે એમ નક્કી થયું કે, હોસ્પિટલની અંદર સારી રીતે પવન આવ જા કરી શકતો નથી તેથી કરીને એમ બને છે. આથી અધિકારીઓએ એ હોસ્પિટલનો અમુક ભાગ તોડાવી નાંખ્યો અને પવન સહેલાઈથી અંદર આવ-જાવ કરી શકે તેવી તેની રચના કરી. આવો સુધારો થવાથી હવે ત્યાં પહેલાંની જેમ છોકરાંઓ મરી જતાં નથી.

**માણેક**—ઓ બાપરે ! એવી હોસ્પીટલ\* જેવા મકાનમાં પણ માત્ર પવન સારી રીતે આવ જા કરી શકતો નહોતો તેથી કરીને એટલાં બધાં છોકરાં મરતાં; તો પછી આપણા દેશના સુવાવડના ઓરડાઓમાં તો બધાં છોકરાં મરી જતાં નથી એ જ આશ્ચર્ય જેવું છે. ઠીક ત્યારે આપણા સુવાવડના ઓરડાઓના દોષથી એટલે ખામીથી અનેક કાચાં કુમળાં છોકરાંને રોગ થાય છે, એ વાત તો જાણે કબૂલ કરી. પણ હવે દાયણનો દોષ શું હોય છે તે કહો.

**સમજી**—દાયણના દોષ કહી બતાવતાં પહેલાં આપણા દેશના સુવાવડના ઓરડાઓના એ મોટા દોષની વાત ખાસ કરીને તમને કહેવા ઇચ્છું છું. એ એ દોષથી જ સુવાવડના ઓરડાની અંદર અનેક કાચાં કુમળાં છોકરાં માર્યાં જાય છે. પરંતુ ધારવામાં આવે તો ગરીબ કે તવંગર કોઈપણ એ એ વાંક સુધારી શકે એમ છે.

**માણેક**—સુવાવડના ઓરડાના વળી એવા દોષ શા છે ?

**સમજી**—તે જ કહું છું. એ દોષ નીચે મુજબનાં છે:—

સુવાવડના ઓરડાનું લોંચતળિયું લીનું-લેજવાળું અને અંધારું હોય છે. માત્ર આ એક જ દોષથી અડધાં વાસાનાં છોકરાં મરી જાય છે.

**માણેક**—શું કહો છો ! સુવાવડના ઓરડાની લોંચ લીની-લેજવાળી રાખ્યામાં એટલો બધો દોષ છે ?

**સમજી**—દોષ નથી ? વિચાર કરો તો ખરાં ? પેટની

---

\* હાલના લાઇમ ઇન હોસ્પીટલ.

અંદર છોકરું કેટલી ગરમીમાં રહે છે ? અને ત્યાર પછી અવતર્યા બાહ બીની લેજવાળી ઠંડી જમોનમાં એવું કાચું કુમળું છોકરું કેટલી વાર બચી રહેવા પામે ?

માણેક-એ વાત તો ખરી કહી તમે ! બીની લેજવાળી હવા ઉભરા વગરની જમીન પર સૂવાથી આપણને પણ શરદી થાય છે, ઘાંટે બેસી જાય છે, સળેખમ થાય છે, શરીરે કળતર થાય છે. તાવ આવે છે, અને કોણ જાણે કેટલીય જાતનું અસુખ થઈ આવે છે. તો પછી કાચું કુમળું છોકરું એથી માર્યું જાય એમાં આશ્ચર્ય જેવું શું છે ? ખરી વાત છે, બહેન, કે આપણા લોકોને કશું જ્ઞાન જ નથી. અત્યારે તમે આ સમજણ પાડીને કહ્યું, તો દીવા જેવું સાફ સમજાયું. ત્યારે તો એમ જ કહોને કે આપણાં છોકરાંને આપણે જ હાથે કરીને મારી નાંખીએ છીએ.

સમજી-એમ કહેવું એ બહુ ખોટું નથી. સામાન્ય બુદ્ધિની ભૂલથી આપણે કેટલું અનિષ્ટ-ભૂંડું કરી નાખીએ છીએ, તે કહી શકાતું નથી. આ જીવો, તમારી શેરીના મગન જોધીની વહુને નથી રહેતા, નથી રહેતા, એમ કરતાં કેટલી મોટી વયે મહિના રહ્યા હતા. વહુ બેજીવવાળી થયાનું સાંભળીને તેનાં ઘરનાં બધા ખુશી થયાં હતાં. અને જેમ જેમ દહાડા જતા ગયા તેમ તેમ વહુને છોકરું થવાને હવે વધારે વાર નથી એમ ધારીને ઘરનાં નાનાં મોટાં સૌ આનંદથી રાખતાં હતાં. નવ માસ પૂરા થયા ત્યારે તો સર્વેને આશા પડી. ત્યાર પછી પ્રસવ થવાના એક બે



દિવસ રહ્યા ત્યારે ઘરના માણસોએ ધમાલ કરીને એક સુવાવડનો ઓરડો તૈયાર કરી દીધો. એ ઓરડો એમ જલદી તૈયાર કર્યો તેથી કરીને તેમાંની જમીન પર એકદમ પાણી પચપચ કરવા લાગ્યું. સંધ્યાકાળ થતા પહેલાં તે ઓરડો તૈયાર થઈ ગયો. અને પાછલી ચાર ઘડી રાત બાકી રહી તે વખતે મગન જોશીની વહુએ જણ્યું.

માણેક—ત્યારે પીડા ક્યારે થઈ હતી ?

સમજી—આગલે દિવસે સવારે.

માણેક—ત્યારે તો એને કષ્ટ થયું ન કહેવાય.

સમજી—એને કાંઈ પીડા થયેલી ન કહેવાય. ૨૪ કલાકની અંદર પીડા શરૂ થયા પછી જે સ્ત્રી જણે તેના જણવાને અમે સુખે જણ્યું કહીએ છીએ.

માણેક—ઠીક, ત્યાર પછી શું થયું, તે કહો ?

સમજી—મને બોલાવવા માટે માણસ આવ્યો, મેં જઈને જોયું તો છોકરો આવ્યો હતો, ઘરની સ્ત્રીઓના આનંદના અવાજથી મન જાણે ફૂટી જતા હતા. હું છોકરાનો નાળ કાપીને રાજી થતી થતી મારે ઘેર ગઈ. ઘેર જઈ નાહી જમી પરવારીને આરામ લેતી હતી ત્યાં સાંભળવામાં આવ્યું કે જોશીનો છોકરો બીમાર પડી ગયો છે અને તેઓએ ડોક્ટરને બોલાવ્યો છે. આ વાત સાંભળી હું ચમકી ગઈ. સવારે તો હું તેને સાંભળે સમે જોઈ આવી હતી-મજાનો રડતો હતો, હાથ હલાવતો હતો અને આટલી વારમાં એવું તે શું થઈ ગયું કે ડોક્ટરને પણ બોલાવવાની જરૂર પડી. હું પણ ઉડીને તે છોકરાને જોવા ગઈ. રસ્તે

જતાં સાંભળ્યું કે ડોક્ટર જોઈને આલ્યો ગયો છે, અને કહી ગયો છે કે છોકરો જીવવાનો નથી. આહા ! કેટલી આધા આખડીઓ પાઠ-પૂજા પછી આ એક છોકરો થયો હતો. કેવી અવદશાની વાત સાંભળી ! આમ બોલતી હું દોડી ગઈ. જઈને જોઈ હું તો સુવાવડના ઓરડાની બહાર માણસ તો માતાં પણ નથી. એવી ભીડમાંથી રસ્તો કરતી કરતી હું ઓરડાની અંદર ગઈ. મને જોઈને જાણનારી બૂમ પાડીને રડી ઊઠી. મેં તેને દિલાસો આપીને પૂછ્યું : “ મને બરાબર ખુલાસાથી કહો કે છોકરાને શું થયું છે ? ” ત્યારે તે કપાળ કૂટતી બોલી કે, ‘ સત્યાનાથ તો હવે બીજું શું કહેવાનું છે ? છોકરાનું ગળું ભાંગી ગયું છે, ગળથૂથી પી શકતો નથી અને હલાવ્યા ચલાવ્યાથી રડી ઉઠે છે. ’ આ લક્ષણો ઉપરથી જ હું સમજી ગઈ કે એ બાળકના શરીરે વેદના થાય છે. તેથી તેની વાત પૂરી થતા ન થતામાં તો હું બોલી ઉઠી કે, સવારે આવીને જ્યારે હું નાળ કાપી ગઈ, ત્યારે આ સુવાવડના ઓરડાની જમીન ભીની જોઈને જ મારા મનમાં જે વહેમ ઉત્પન્ન થયો હતો, તે પ્રમાણે જ બરાબર બન્યું છે. તે સાંભળીને જાણનારીએ કહ્યું, ‘ હા બેન ! ડોક્ટર પણ એમ જ કહી ગયો છે. ઝટપટ તૈયારી કરીને આ ઓરડો તૈયાર કરી દીધો, તેથી જ અમારું આવું સત્યાનાથ વળી ગયું ને ? ’ આમ કહીને વળી પાછી તે ચીસ પાડીને રડવા લાગી. એ જોઈને મેં ધીમથી તેને કહ્યું. ‘ હવે રડવા કૂટ્યાથી શું વળવાનું છે, બહેન ! તમને કહીએ છીએ તે કાને લેતાં નથી, અને નજરે જુઓ છો તો પણ તે સુજબ કરતાં નથી. હવે મારા હાથમાં શું છે, કહો ? ’ આમ બોલીને હું

ત્યાંથી ચાલી ગઇ.

માણુક—હેં ! ત્યારે શું એ છોકરો મરી ગયો ?

સમજી—મરે નહિ તો જીવે ! સાંજના વખતે જ તેણે જીવ મૂકી દીધો.

માણુક—અરે રામ ! ખરો આનંદ—ઉત્સાહ ધૂળમાં મળી ગયો !

સમજી—હા, તમે લોકો હાથે કરીને જ આવી ધૂળ-ધાણી કરો છો તેમાં પછી બીજા શું કરે ?

માણુક—ખરું કહો છો, તમે ! પણ જીવે ! શું ખરેખર જ સુવાવડના ચોરડાની જમીન ભેજવાળી હતી તેને લીધે જ એ છોકરો મર્યો ?

સમજી—તેમ નહિ તો બીજું શું ? ચોરડાની જમીન જો સુકી ખડક જેવી હોત તો છોકરો કદી પણ મરતે નહિ. અને જીવી જતો.

માણુક—શું કહો છો ? ત્યારે તો તે છોકરાને હાથે કરીને મારી નાખ્યાં જેવું જ થયું.

સમજી—તેમ થયું જ તો. તમારી વાતો સફાઈભરી કહાવણવાળી પણ આચરણ જોઈએ તો રાક્ષસના જેવાં.

માણુક—એ વાત કાંઈ ખોટી નથી. વહુ મહિનાવાળી થઈ છે, એમ જણાય ત્યારે તો ઘરનાં માણસોના આનંદનો પાર રહેતો નથી. છોકરો થશે ને વંશ રહેશે, એમ સમજીને નવ સાડાનવ મહિના સુધી વહુને પાળેલાં ચાપટની જેમ ખમા ખમામાં અને સાહેબીમાં રાખે છે.

પણ તે બાઈ જેનાથી વંશ રહેવાનો તેને જણવાની વખતે તો જમના હાથમાં સોંપી દીધા જેવું થાય છે. અમારી મૂખાંઈ અને નાદાનીની ઓળખ આ સિવાય બીજી શી હોઈ શકે ? પણ વળી એને મૂખાંઈ અને નાદાની પણ કેમ કરીને કહી શકાય ? શાથી ભવું થાય અને શાથી અહિંત થાય, એ જેના બાણમાં ન હોય ત્યાં પછી એ પ્રમાણે સાઈ નરમું થાય એમાં નવાઈ પણ શું છે ?

સમજી—એમ તો તમે બચાવ કરશો નહિ. એવી ભીની ભોંયવાળી જગ્યામાં સુવાડી રાખ્યાથી એવું કાચુ કુમળું છોકરું જીવતું રહેશે કે નહિ, એ જો તમે ના બાણો તો તો પછી તમારી બુદ્ધિમાં અને વાંદરાની બુદ્ધિમાં તફાવત પણ શું ?

માણેક—એ ખરું છે. પરંતુ એ વાત એકલાં અમને ઐરાએને કહ્યાથી કાંઈ વળવાતું નથી. ધરના પુરુષોને પણ શું એ જ્ઞાન નથી ?

સમજી—જ્ઞાન ન હોય તે કેમ ? પોતાના સુખ માટે ખૂબ જ્ઞાન હોય છે. સારા સ્વચ્છ મકાનમાં, સૂકી ખડક જેવી જમીન ઉપર ખાટલો પાથરી તેના ઉપર ગાદલાં બિછાવીને ન સુવામાં આવે તો ધરનાં ધરડાં ડોસાતું શરીર પણ સાઈ રહેતું નથી. અને માખણના પૂતળા જેવા કાચા કુમળા છોકરાને તો ભીની ભોંયવાળી ગંદી જમીન પર સુવાડી રાખ્યાથી તેને કંઈ અસુખ થાય નહિ, એવી તમારા પુરૂષોની બુદ્ધિ પર વારી બાઈ હું ! વાહ ! શું અક્ષત છે ! આવો વિચાર નહિ કર્યાથી તો આપણો નાશ થયો છે.

માણુક—હાથે કરીને પોતે પોતાનો નાશ કરે ત્યાં ખીબું કોઈ શું કરી શકે ? અત્યારે તમે જેવી રીતે સમજણ પાડીને કહ્યું, તેનાથી તો એમ જ જણાય છે કે, ઘરની અંદર જે ઓરડો સૌ કરતાં ઉત્તમ હોય તે ઓરડામાં જ સુવાવડીને સુવાડવી જોઈએ. કેમ ખરાબર ને ?

સમજી—તેમ કરવું જ જોઈએ તો. એ વાત શું હવે વારંવાર કહોળીને કહેવી જોઈએ ? તે છતાં પણ જો ઘરનાં ડાસા-ડાસી વગેરે ઘરડાં માણસો વાંધા ઉઠાવે, તો દહાડા પહોંચતા હોય ત્યારથી કોઈ સારી સ્વચ્છ અલગ જગ્યાએ સુવાવડનો ઓરડો તૈયાર કરે તો તેમાં પણ કંઈ વાંધા જેવું નથી.

માણુક—એ તમે ઠીક કહ્યું બહેન. દિવસ પહોંચતા હોય ત્યારથી જ સુવાવડનો ઓરડો તૈયાર કરી રાખ્યો હોય, તો તેના લોંચ તળિયાની જમીન સારી સૂકાઈને સાફ રહે. સુવાવડના ઓરડાની જમીન સારી સૂકી કરી રાખવી, એ કામ જો ગરીબમાં ગરીબ માણસ પણ ધારે તો કરી શકે તેમ છે. એમાં કંઈ ખાસ મોટી વાત નથી. પણ એ સૂઝવું જ જરૂરનું છે.

સમજી—હા, એ જ તો સુખ્ય છે ને ! લીની જમીનને અંગે જ જોશી મહારાજનો સર્વનાશ થઈ ગયો. કેટલી બાધાઓ બાદ એક છોકરો થયો હતો અને તે નજીવી જેવી ભૂલથી ગૂમાવી પણ દીધો.

માણુક—આવી રીતે કેટલાક લોકો પોતાના સોના સરખાં છોકરાઓને ખોઈ ખેસતાં હશે !

સમજી—તે જોઇ બેસે એમાં નવાઇ શી ! આવી રીતનું અવિચારીપણું જ્યાં સુધી આવશે ત્યાં સુધી આવું થયા જ કરવાનું.

માણેક—પણ બહેન ! આજકાલ તો ઘણા ગૃહસ્થાને ઘેર જોવામાં આવે છે કે વહુ-દીકરીઓ ઘરની અંદર જ પ્રસવ કરે છે. માળ ઉપરના સારા ચોરડાની અંદર પણ પ્રસૂતિનો ખાટલો ઢાળેલો જોવામાં આવે છે. અને બધી જાતની કાળજી પણ લેવામાં આવે છે.

સમજી—ઓહો ! એમ થયાથી જ સુવાવડીનું બાળક બચે છે અને જણનારી પોતે પણ પીડામાંથી બચી જાય છે. જે ચોરડામાં વંશનો રાખનાર અવતરે તે ચોરડો તે વળી અશુદ્ધ અને ગંદો થયો કહેવાય ખરો ? એમ હોય તો પછી ઘરખાર વેપાર-નોકરી કેને માટે કરવાં ? ઘરનાં સ્ત્રી-પુરુષો આ ક્યારે સમજી શકશે ?

માણેક—હવેથી એવી સમજણ આવશે, જો જો તો ખરા, હું શેરીએ શેરી અને ઘેરે ઘેર બધી વહુ દીકરીઓની આગળ તમારી આ બધી શિખામણની વાતો કહેતી ફરીશ, તેમને બધું સમજાવીશ એટલે તેઓ સાવચેત બની જ જશે.

દીક, આ તો તમે એક જ દોષ કહ્યો. હવે સુવાવડના ચોરડાનો બીજો દોષ કયો ? શું એ પણ ખાટલો ભયાનક છે ?

સમજી—હા. એ બીજો દોષ ખૂબ સહેલાઈથી તમને સમજાવી દઉં છું. સાંભળો. ટાઢ અથવા શરદી કે ઠંડક

લાગ્યાથી શરીર બગડશે એમ ધારીને ઘરનાં પુરુષો શિયા-  
બામાં ને શરદીના દિવસોમાં ગરમ બંડીઓ પહેરે  
છે, શાલ્વ ઝોટે છે, ગળે ગલપટા બાંધે છે, પગે મોઝાં  
પહેરે છે, કાનટોપીઓ ચડાવે છે અને ઘરનાં બારણાં બંધ  
કરીને બેસે છે, જ્યારે સુવાવડીને રાખવાની જગ્યા તથા  
તેને પહેરવા ઝોઢવા અને પાથરવાનાં લૂગડાં લૂત્તાં અને  
બિછાતું વગેરે એવાં નબળાં નમાલાં અને ગંદા આપે છે  
કે તેનાથી તેનું અને તેના કુમળા છોકરાનું ટાઢ અને લેજ  
વગેરેથી રક્ષણ થવા પામતું નથી. આહા ! કેવી મૂખાંઈ,  
કેવી કુબુદ્ધિ, કેવું અવિચારીપણું ! પશુ પક્ષીઓની વર્તણૂક  
જોઈને પણ પુરુષો કંઈ શીખતા નથી. અરેરે ! આપણી  
સુવાવડી સ્ત્રીઓ અને તેમનાં સંતાનોની શી વલ્લે થશે,  
બહેન !

**માણિક**—તમારી વાત તદ્દન સાચી છે. હવે આ  
વાત માટે વધુ કહેવું પડે એમ નથી. સુવાવડના ચોરડાની  
લીની લેજવાળી જમીનની વાત સાંભળીને જ મારી બુદ્ધિ  
બહેર મારી ગઈ છે. આટલું સાધારણ પણ આપણા લોકો  
સમજી શકતાં નથી. તો ખીજની તે શી આશા રાખવી !

**સમજી**—તમારી બુદ્ધિ બહેર મારી જવાથી શું  
વળવાનું છે ? મરદોની બુદ્ધિ બહેર ન થાય ત્યાં સુધી તમારો  
ભલીવાર વળે એમ નથી. તાપ તડકામાં બળે, વરસાદમાં  
પલળે, અને ટાઢમાં થરથરે, એમ થાય ત્યાં પછી કાચાં,  
કુમળાં છોકરાં શું બચી શકે ખરાં ? નાનાને બદલે મોટાં  
હોય તો તે પણ બચવા ન પામે. ટાઢના અને શરદીના

દિવસોમાં કેટલાં છોકરાં એવી રીતે માર્યાં બન્યા છે, તે કહી શકાતું નથી. સંધ્યાકાળે તો છોકરાને સાફ સાબુ તાણું બેઠાં ગયાં હોઈએ, અને રાત્રે સુવાવડની જગ્યાએ ટાઢ કે શરદી લાગ્યાથી ટાઢ જેવું થઈને મરી પણ ગયું હોય ! આમ માથે તે શું છોકરાનો દોષ, કે એની જાણનારીનો દોષ ? હિમથી—અત્યંત ટાઢકથી સર્વ પ્રાણીઓ પ્રાણ છોડી દે છે. પરંતુ તમારા ઘરના માણસોને એ વાતની કશી અછલ કે સમજણ નથી. એ બેઠાં મારાં હાડેહાડ સળગી ઉઠે છે.

માણેકે—બસ બસ, હવે બસ કરો. બહેન સુવાવડના ઓરડાની તો વાત જવા દો. જેનામાં અછલ બળી હશે તે તો આટલેથી જ સમજી લેશે. નહિ તો પછી જેવું જેવું નસીબ, હાથે કરીને જ જે પોતાના પગ ઉપર કુહાડો નાંખે તેને તમે કે હું કેવી રીતે રોકવા જઈએ ? આપણે તે આવા અછલના એથમીરો માટે શું કરવાનાં હતાં ?

સમજી—ડૉક્ટર સાહેબ તો કહેતાં હતાં કે પૃથ્વી-પરની બધી જાતિઓમાં હિંદુઓ જ માત્ર સૌથી સારા છે. તે છતાં તમારી સુવાવડીઓને રાખવાની જગ્યાની જગ્યાની આવી દુર્દશા કેમ થઈ હશે ?

માણેકે—તે તો હું કંઈ કહી શકતી નથી. જે ઘર-ડાંઓ એવા નિયમ કરી ગયાં છે, જેમણે એવો ચાલ ચલાવ્યો છે, તે ડાસાઓ બે નજરે પડે તો તેમની સારી ચેટે ખબર લઈ નાખું.



**સમજી**—ના, તમારી બૂલ છે. આપણા હિંદુઓના આચારવિચાર બીજાઓના કરતાં સારા છે. આમ છતાં પણ સુવાવડી અને તેના છોકરાને માટે આવો ગોટાળો કેમ થઈ ગયો હશે તે બાણી શકાતું નથી. તમે ડોસાઓ પર ચીઢ કાઢો છો તે ખોટું છે. આપણા પૂર્વજો તો સુવાવડી સ્ત્રીઓને સારી રીતે રાખી તેની કાળજીપૂર્વક ચાકરી કરતાં હતાં. તેમને માટેનો ઓરડો પણ મોટો ખુલ્લી હવા અને ઉભાશવાળો તથા બધી જાતના સાધનોથી સજ્જ રહેતો હતો. મહાભારતમાં પણ એક પ્રસંગે સુવાવડી સ્ત્રીના ઓરડાનું વર્ણન સુંદર શબ્દોમાં વર્ણવામાં આવ્યું છે. બાણભટ્ટની નવલકથા કાદંબરીમાં પણ પ્રસૂતાના ઓરડાનું વર્ણન છે. એટલે આ ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે સુવાવડ અંગેની આપણી પ્રાચીન પ્રથા તો ઉત્તમ જ હતી. પરંતુ પાછળથી જ કેઈ કુબુદ્ધિના માનવીઓને અંગે હાલના જેવી ભુંડી દશા આપણને ભોગવવી પડે છે.

**માણેક**—સાચું કહ્યું બહેન. હું તો જુદું જ માનતી હતી. તમે તો મારા આંખ-કાન પણ ઉઘાડી દીધા. આપણા પૂર્વજો આ ઉપરથી ઘણાં દીર્ઘદષ્ટિવાળાં હતાં એમ પૂરવાર થાય છે. ઠીક, હવે દાયણોનો દોષ શું તે તો કહો ?

**સમજી**—દાયણોનો દોષ એ કે, તેઓ તરતનાં જન્મેલાં વાસાનાં છોકરાની માવજત શી રીતે કરવી તે બાણીતી નથી. શું શું કર્યોથી એવાં છોકરાં સાબ-તાબ રહે તેનું પણ તેમને જ્ઞાન નથી.

---

\* અશ્વમેધિક પર્વમાં આ વર્ણન આપવામાં આવ્યું છે.

માણેક—હૈં ? ત્યારે મને એ બધું બતાવી દોને, કે શું શું ક્યાંથી બચ્યાંઓને સાબસમા રાખી શકાય.

સમજી—એ માટે ઘણી ઘણી વાતો જાણવા જેવી છે. અત્યારે એ બધી કહેવી સમજાવવી ઠીક નહિ. મણીને પ્રસવ થવા દો એટલે બધું તમારા હાથે જ કરાવીને બતાવી દઈશ. કેમ બરાબર ને ?

માણેક—હા, જેમ તેમને યોગ્ય લાગે તેમ.

સમજી—વાસાનાં છોકરાંને તાણ થાય છે, એ તો તમે સાંભળ્યું છે હશે ?

માણેક—ના. તાણ એટલે શું ?

સમજી—ઓત્તારીની ! આ પણ તમે જાણતાં નથી. તાણમાં ખેંચ આવે છે. બચ્યું ખેંચાઈ જાય તેને તાણ કહે છે.

માણેક—હાં, હાં, હવે સમજી. ઘણાં નાના બાળકોને ક્યારેક ખેંચ આવે છે. તેઓ ધ્રુજી જીઠે છે એજ ને ? હા, પણ એ કંઈ નુકસાન કરે ખરું ?

સમજી—એનું નામ દીધું તેમાં વળી નુકસાન શું ? તમે સાંભળ્યું છે કે નહિ, તે જાણવા માટે હું પૂછું છું.

માણેક—એ તો જાણ્યું છે. એ તો મહા પીડા કરાવે છે. જે વાસાના છોકરાને એ રોગ થાય છે તે કોઈ પણ રીતે બચતું નથી. એ રોગથી તો એવા છોકરાં હતાં ન હતાં થઈ જાય છે. એટલા માટે એનું નામ દેતાંજ

સુવાવડી સ્ત્રીઓ કાને હાથ હાથ દે છે. અરેરે! કેાઈ પણ સુવાવડી સ્ત્રીના છોકરાને એ રોગ ન થયો, બહેન!

સમજી—ઠીક, ત્યારે કહો જોઈએ તાણ થવી અથવા ખેંચાઈ જવું એ શું છે?

માણેક—લોકો તો કહે છે કે તાણ થવી એ એક જાતનો વહેમ ઘણું કરીને જૂતને લગતો છે. લોકો માને છે કે એક જાતનું જૂત જ્યારે ખાળકને વળગે છે ત્યારે તેને આવી તાણ આવે છે. આ માટે લોકો જૂતા-ખાવાને ખોલાવીને ધૂપ-હવન કરાવે છે.

સમજી—તમે ખરું કહ્યું. જૂતને ખીનું કશુંએ કામ-કાજ નહિ હોય, એટલે તે એવા વાસાનાં છોકરાંઓને મારતું કરતું હશે! કેમ?

માણેક—ત્યારે તાણ થવી એ કયો રોગ હશે?

સમજી—ધનુષ્ટંકાર કે ધનુરવા રોગનું નામ સાંભળ્યું છે? એ રોગ કેને કહે છે તે જાણો છો?

માણેક—હા, જાણું છું.

સમજી—ત્યારે એ જ રોગ વાસાનાં છોકરાંને થાય છે અને તેને આપણે તાણ થઈ એમ કહીએ છીએ.

માણેક—એમ કે? એ વાત માનવા જેવી છે ખરી. ધનુરવાથી જેવી રીતે અંગ અકડાઈ જઈ હાંત બંધાઈ જાય છે તેમ તાણ થવાથી પણ ખરાખર એમ જ થાય છે. એ રોગ થાય છે તો પછી છોકરું માની ધાઈ મ્હોમાં લેઈ

શકતું નથી. કાંત બંધ થઈ જઈને અંગ બધું અકડાઈને તણાઈ બચ છે તેથી તેને તાણ થઈ કહેતાં હશે, પણ વાસાનાં છોકરાંને એવી રીતનો રોગ શાથી થતો હશે ?

સમજી—પહેલું કારણ તો એ કે છોકરાનું શરીર ગંદુ હોય, તેને સાફ કરવામાં ન આવતું હોય તો એ રોગ થઈ આવે છે.

માણેક—ગંદુ એટલે કેવું બહેન ?

સમજી—છોકરું અવતર્યા પછી, સાણુ અને થોડુંક ગરમ પાણી લઈને તેના શરીરને સાફ સ્વચ્છ કરી દેવામાં ન આવે, તેમજ એમ સ્વચ્છ કરેલા શરીરને બરાબર સાફ-સુક રાખવાને માટે રોજ ખાસ પ્રયત્ન કરવામાં આવે નહિ, તો એ રોગને બોલાવી આણુવા જેવું થાય.

માણેક—એમ કે ? છોકરાનું શરીર અસ્વચ્છ, સાફ-સુક કર્યા વિનાનું ગંદુ, રાખ્યાથી એટલું બધું થઈ શકે છે ? બાણુવામાં નહિ હોવાથી એમ જ થાય ખરું.

સમજી—એ બાણુવા સાંભળવાનું શું ભારે છે ? પરંતુ તમને કહીએ છીએ તો પણ તમે તો તે સાંભળતાં નથી, કાને ધરતાં નથી. એક કાને સાંભળીને બીજે કાને કહાડી નાખ્યા જેવું કરો છો. ઘણી ખરી સુવાવડી સ્ત્રીઓને અને તેમની સગીઓને કહી કહીને તો મારી જીભ તૂટી ગઈ છે, હું જી, માથાફોડ કરીને પહેલે દિવસે તો છોકરાનું શરીર બરાબર સાફસુક કરી આપીને બાજી છું. પણ ત્યાર પછી

મા જેવી મેલી ગંદી રહે છે, તેવું જ છોકરાનું પણ ગંદું મેલું રાખે છે. તેલ ચોળી ચોળીને બચ્ચાનું આખું શરીર ચીકણું કરી નાખે છે, તો પણ પાછું ઉપરા ઉપરી તેલ ચોળ-જાનું છોડતાં નથી. તેલના ઉપર તેલ, એમ તેલના પડ કર્યા કરે છે. કેણુ જાણે એ તેલ જ તમારી સુવાવડી સ્ત્રી-ઓની આગળ અમૃત છે કે શું ? તેલથી ને તેલથી છોકરા-નાં કપડાં પણ ઘાંચીની ઘાણી જેવાં થઈ જાય છે. એવાં ગંદા, મેલા ઘાંચીની ઘાણી જેવાં લુગડાં બાળકના મોઢા પર છાતી પર અને પેટ પર નાખીને તથા નીચે ઘાલીને તેને સુવાડી રાખે છે. ડોક્ટર સાહેબ એક દિવસ અમારા ફળી-યામાંના પારેખ શેઠના એક વાસાના છોકરાને જોઈ આવીને મારી કેટલી બધી ઠેકડી અને મજાક કરતાં હતાં તે સાંભ-ળીને હું તો મરવા જેવી થઈ ગઈ હતી.

**માણેક—**ડોક્ટર સાહેબે તમારી ઠેકડી કરીને તમને શું શું કહ્યું હતું, તે કહો !

**સમજી—**તેઓ એમ કહેતાં હતાં કે તમારા આ દેશના લોકો તો માત્ર બહારથી જ ખૂબ ટાપટીપવાળા અને સાફસુફ રહેતા દેખાય છે. સારાં ધોરેલાં કપડાં અંગ પર પહેરીને તથા પગે મોજા અને ખૂટ ચડાવીને ઇશ્કી થઈને ફરે છે, જ્યારે ઘરનાં છોકરાં છૈયાંને એટલાં તો ગંદાં અને મેલાં કપડામાં રાખે છે કે જાણે તેમની પાસે જવાનું મન જ ન થાય. નાના બાળક પોતાનું સુખદુઃખ બોલી બતાવી શકતાં નથી, તેથી શું એમ કરે છે ? એમ હોવાથી જ એટલે

કે એવા મેલા ગંદા રાખ્યાથી જ તમારા લોકનાં છોકરાં વારંવાર માંદા પડે છે અને તેમને અનેકવિધ પીડાઓ લોગવવી પડે છે.

માણેક—ડોક્ટર સાહેબે ખરેખર જ કહ્યું છે. પણ ખડેન, અમારા વાસામાંનાં છોકરાંને એવી રીતે મેલાં અને ગંદાં કરીને રાખે છે, તેથી તેમને શું શું હુઃખ થતું હશે, તે કહોને?

સમજી—ખૂંડ હુઃખ થઈ શકે છે. છોકરાતું શરીર એવું મેલું ગંદું કરી રાખ્યાથી પહેલાં તો તેની ભૂખ મરી જાય છે. અને ભૂખ મરી ગયાથી તે સારી રીતે ધાવતું નથી, અને જો ધાવે છે અથવા ગળથૂથી કે દૂધ પીએ છે તો તે ખરાબર પાચન કરી શકતું નથી. વારે વારે કૂચા પાણી જેવો ઝાડો તે કરે છે, અને દૂધ ને દૂધ ઓકી કહાડે છે. આથી તે છેક સૂકાઈને લેવાઈ જાય છે. એના હાથ પગ ગળી ગળીને લાકડી જેવા થાય છે અને હાડ નીકળે છે. એટલે ‘હાથ પગ દોરડી ને પેટ ગાગરડી, જેવી તેની સ્થિતિ થાય છે. વળી એના શરીરની ચામડી ઘરડાં માણસની જેમ લટકી પડ્યા જેવી કરચલીઓવાળી થઈ જાય છે. અને દિવસે દિવસે વધવા કે મોટું થવાનું તો રહ્યું, પણ ઉલટું જાણે તેનું કદ નાનું ને નાનું થતું જાય છે. આવા બાળકો ઉગતાંની સાથે જ કરમાઈ જાય છે.

માણેક—ઠીક કહો છો. ઘણાં છોકરાં એવાં જ થઈ ગયેલાં જોવામાં આવે છે. એવી રીતનાં મેલાં ગંદાં કરી

રાખ્યાથી જ શું એમની એવી દુઃશા થાય છે ?

સમજી—તેમ નહિ તો બીજું શું ? છોકરાને જેટલું સ્વચ્છ અને સાફસુફ રાખશે તેટલું તે સ્ફૂર્તિવાળું, હોશિયાર, ચાલાક અને સ્વસ્થ રહેશે. દિવસે દિવસે તેનો બાંધો વધતો જશે અને તેની કાયા મુલાયમ તથા કચકડા જેવી બનશે. તમારી સુવાવડીઓ માત્ર છોકરાંને જરા જરા કરીને ગળથુથી કે દૂધ પાવાનું જ બાળે છે. પણ જો તેમને રીતસર સારાં, ચોખ્ખાં ને સાફસુફ રાખે તો એવાં વાસામાંનાં છોકરાંને થતા રોગમાંના અર્ધા ભાગનો તો અટકાવ કરી શકે જ.

માણિક—શું કહો છો ? ઠીક છે ત્યારે, પહેલાં મજીને કીકો તો થવા દો. પછી જુઓ, તેને જેટલો ચોખ્ખો ને સાફસુફ રાખવો જોઈએ, તેટલો રાખું છું કે નહિ ? વારું જો પછી શું કહેવાનું છે ?

સમજી—છોકરાના શરીરે ઠંડી હવા કે પવન લાગ્યાથી પણ આવો રોગ થઈ શકે છે.

માણિક—ઠંડી હવા લાગવી એટલે શું ?

સમજી—ઠંડો પવન શરીરે લાગ્યાથી છોકરાને એવો રોગ થવાનો સંભવ છે. એમ ધારે કે વાદળાં વરસાદના દિવસે કે ટાઢના દિવસોમાં કેઈ સ્ત્રીએ જણ્યું છે, અને છોકરું અવતર્યા પછી તેના શરીર પર ગરમ લૂગડાં લત્તાં ઓઢાડી ઢાંકીને તેને ગરમીમાં રાખવામાં નથી આવ્યું, તો તેથી તે છોકરાના શરીરે જે ઠંડક કે શરદી લાગે તેને શરદી

લાગી સમજવું. વળી એ પણ યાદ રાખવું જોઈએ કે, એવી રીતે કરીને લગડા લત્તાંથી છોકરાંના શરીરને ઢાંકી રાખ્યા પછી પાછું એકદમ જો તેને ઉઘાડું કરી નાખવામાં આવે અને તેથી તેના શરીર પર પવન લાગે, તેને લીધે પણ છોકરું માંડુ પડે છે. શરીરે શરદી લાગપી કેને કહે છે, તે હવે સમજાયું ને ?

**માણેક**—હા, સમજાયું. વારુ, ત્યારે બહારનો ઠંડો પવન શરીરે લાગ્યાથી જેમ છોકરું માંડુ થઈ જાય છે એમ કહ્યું તે મુજબ સુવાવડના ઓરડામાંની ભીની ભેજવાળી જમીન પર સુવાડી રાખ્યાથી પણ તેનું શરીર એવી રીતનું બગડી આવે કે નહિ ?

**સમજી**—એવી રીતનું શરીર બગડે એટલું જ નહિ, પણ તે કરતાં પણ વધારે માંડુ પડે. બહારના ઠંડા પવનના કરતાં ભીની ભેજવાળી ભોંયથી વધારે નુકશાન થાય છે. દોકો કહે છે કે ‘તાપ સહેવાય પણ વાયરો ન સહેવાય’ એ વાત જેમ ખરી લાગે છે, તેમ તેવું જોવામાં પણ આવે છે. ડૉક્ટર સાહેબ કહેતા હતા કે વધારે હિમ લાગ્યાથી ધનુરવા થઈ જાય છે. મને સારી પેઠે સાંભળે છે કે, તેમણે એક દિવસ એમ પણ કહ્યું હતું કે, તેમનો એક પરદેશી નોકર હતો. તે રોજ રાત્રે બહાર ખુલ્લી જગ્યામાં ખાટલો ઢાળીને સૂઈ રહેતો ટાઢ કે તડકો, શિયાળો કે ઉનાળો કશુંએ જોતો ન હતો. એક વાર પોષ મહિનામાં એક દિવસ ખૂબ ટાઢ પડી. તેથી ડૉક્ટર સાહેબે તેને પોતાની પાસે બોલાવીને કહ્યું કે, જોજો આજ રાત્રે તું બહાર ઉઘાડો સૂઈ



ન રહેતો, નહિ તો માર્યો જઈશ. પણ તે તો તેમનું કહેવું નહિ ગણકારતાં હંમેશ મુજબ મોઢે માથે ઓઢીને બહાર જ સૂઈ રહ્યો. તે દરરોજ સવારે જૂળ વહેલો ઉઠતો હતો, પણ તે દિવસે દિવસ ઉગી ગયો તો પણ ઉઠ્યો નહિ. એ જોઈને ડૉક્ટર સાહેબે તેના ખાટલા પાસે જઈને તેના મ્હોં પરનું લૂગડું દૂર કરી નાખ્યું. એટલે તે બાઘાની જેમ પડ્યો પડ્યો તેમના મ્હોં સામું જોવા લાગ્યો, મોઢેથી બોલી શક્યો નહિ, તેમ હાથ પગ પણ હલાવી શક્યો નહિ. આવી સ્થિતિ જોઈને ડૉક્ટર સાહેબે કહ્યું કે એને ધનુસ્વા થયો છે. દાંત બંધાઈ ગયા છે તેથી કરીને એનાથી બોલી શકાતું નથી, અને આખા શરીરે વેદના અને કળતર ચાલે છે તેથી તે પાસું પણ ફેરવી શકતો નથી, હાથપગ પણ હલાવી શકતો નથી.

**માણેક—**હેં પછી એનું શું થયું ?

**સમજી—**થાય શું ? સ્થિતિ એકદમ ભયંકર થઈ ગઈ પણ એનું નશીબ પાધરું અને વળી ડૉક્ટરે ચાંપતા ઇલાજ લીધા એટલે તે ઉગરી ગયો.

**માણેક—**હા, હવે સમજી. હમણાં જ તમે કહ્યું હતું કે જોશી મહારાજના છોકરાને પણ બીની શરદીવાળી જમીન પર સુવાડયાથી આવો રોગ થયો હતો.

**સમજી—**હા, તેથી જ તો તે જોશીનો છોકરો એવાજ રોગ થયાથી માર્યો ગયો હતો. બહારનો ઠંડો પવન લાગ્યો કે બીની લેજવાળી જમીન પર સુવાડયાથી હીમ અથવા શરદી લાગે, પણ તેથી શરીર બગડવાનુંજ. પછી ગમે તે

રોગ કાં નથી થતો. થોડી થોડી ઠંડક લાગ્યાથી ઉધરસ કે શરદી સળેખમ થઈને વખતે રહી જાય. પરંતુ વધારે ટાઢ કે પવન લાગ્યાથી તો તાવ ચઢી આવે, વાંઘ થાય, પક્ષ-ઘાત-લકવો, ધનુરવા પણ થઈ જાય. અને અનેક ઠેકાણે તે પ્રમાણે થયું પણ છે ને જોયું છે પણ ખરું.

માણેક—શું કહો છો ? સાંભળતાં સાંભળતાં માઈ તો કાળજી થડકી ઉઠે છે. આટલું બધું થાય છે તો પણ અમારી સુવાવડી સ્ત્રીઓ શરદી-પવનથી જરાય ડરતી નથી.

સમજી—ડરતી નથી એટલે તો તેમને લોગવડું પડે છે. આવી કમ અકકલ હોવાથી જ તેમના નસીબે રહવાનું રહે છે. સમજી સ્ત્રીઓ તો સદાય સાવચેતી રાખીને જ વતે છે.

માણેક—હવે બરાબર સમજી. ઠંડો પવન અને સુવાવડના ઓરડાની ભીની કે ભેજવાળી ભોંય એ વાસાનાં છોકરાંને જમ જેવાં છે. અમારા સુવાવડના ઓરડાની જેવી હુઈશા હોય છે તે જોતાં તો ગર્ભવાળી સ્ત્રીઓને ઉત્સાહમાં જ છોકરાં આવે તો સારું થાય !

સમજી—એમ ધારવું એ કાંઈ ખોટું નથી. જેઓ ઉનાળામાં જાણે છે તે સુવાવડી સ્ત્રીઓ અને તેમના સંતાનો એ બન્ને ટાઢ, શરદી અને પવનથી ઘણાં બચવા પામે ખરાં. પરંતુ ઉનાળો હોય તોય શું થયું ? ભીની ભેજવાળી ઠંડી જમીનનો ઉપાય શો કરવાના હતા ? એમ તો કાંઈ નથી જ કે પ્રસૂતિ અને તેનું છોકરું સારા ઉંચા પલંગ, કોચ કે પાટના ઉપર રહેશે, તેથી જમીન ભીની ભેજવાળી હશે તો પણ શું ?

માણેક—અરે વાત જવા દો ને, બહેન અમારી સુવાવડીઓ કાંઈ એવાં પુન્ય કરીને અવતરેલી નથી કે સુવાવડમાં વળી તેમને પલંગ કે પાટ મળે, એક ભાંગ્યો તૂટ્યો ખાટલો મળવાના પણ વાખા ત્યાં વળી પલંગ કે પાટની વાત શી કરવી ? તકિયા વિના તો એમને એમ માથું નાખીને પડી રહે છે.

સમજી—ન્યાં એવી રીતે તમે હાથે કરીને જ તેમને દુઃખ દો છો ત્યાં ઘણી બીજી કોઈ શું કરી શકે ? છોકરું જણ્યું એટલે જાણે ચાર લૂંટારો પકડાઈ ગયો, તેવી રીતે જણનારીની સાથે વર્તવામાં આવે છે. નવ સાડાનવ મહિના મહાં કષ્ટથી કાઢે ત્યાર બાદ સુવાવડના ચોરડામાં પાછી તેની પીડાનો પાર ન રહે. ન મળે ખાટલા કે પાટી કે સાઈં પાથરવાનું, ન મળે ઓશીકું કે ન મળે પુરાં લૂગડાં લત્તાં. એ બિચારીઓનું દુઃખ જોઈ જોઈને તો મારા હાડે હાડ બળીને કોલસા જેવા થઈ ગયા છે. એકવાર એમ ધાઈ છું કે બળ્યો આ ધંધો કરવો જ છોડી દઉં એટલે પછી તેમની એવી દુર્શા રોજ ને રોજ જોવી ન પડે, સાહેબ લોકના ઘરમાં મેં જોયું છે કે, પ્રસવ કર્યા બાદ સાહેબ લોકોને ત્યાં સુવાવડી સ્ત્રીને કેમ રાખે છે તે તમે જોયું છે ?

માણેક—ના, તેઓ કેવી રીતે રાખે છે ?

સમજી—સ્ત્રીઓ પલંગ ઉપર ખાસા મઝાના બિછાનામાં પરમ સુખથી સૂઈ રહે છે. તરતનું અવતરેલું કુમળું છોકરું પાસે હોય તેથી કરીને જ સ્ત્રી સુવાવડી છે એમ જાણી શકાય. નહિ તો કોણ એમ ધારી શકે કે આ ઘરમાં અથવા

ઔરડામાં સુવાવડી સ્ત્રી છે. અને આપણી સુવાવડી સ્ત્રીઓ જે ઘરમાં કે ઔરડામાં જેવી રીતથી રહે છે તે ઉપરથી જ અંદર ડોકિયું કરતાં જ ગમે તે માણસ એમ કહી શકે કે, અહિં કોઈ સ્ત્રીને છોકરું અવતર્યું છે. અરે એવા સુવાવડના ઔરડાની અંદરની વાત તો બહુ છોડી દો, પણ તેની પાસે થઈને જતાં પણ ઉલટી કે ઉબકો આવ્યા વિના ન રહે. તમે જ એમ કહો છો કે બરાબર શુદ્ધ, સ્વચ્છ, પવિત્ર અને સાફસુદ્ધ રહ્યાથી અને સાંજ સવાર ઘરની અંદર દરેક ઔરડામાં ધૂપ, ઘીની બત્તી વગેરે કરવાથી ઘરમાં વસનારાઓ ઉપર લક્ષ્મીની મીઠી મહેર રહે છે. તો પછી, હેં બહેન. સુવાવડના ઔરડામાં પ્રસૂતિની લક્ષ્મી શું કોઈ બીજી હશે, કે તે એવી દુર્ગંધ અને અપવિત્ર ગંદગાડથી ખુશી થતી હશે ?

માણિકે—હવે બસ કરો બહેન ! વધારે ઠેકડી ન કરશો. જેની અમારી વર્તાણુંક છે, તેવું જ થાય છે. પણ પણ એમાં અમારો પણ શો દોષ છે ? અમે જે ભેતાં આવીએ છીએ, તે જ કરીએ છીએ. અમને જો સમજણ પાડવામાં આવે તો શું અમે સુવાવડીને સારી રીતે રાખી શકીએ નહિ ? એ પ્રકારની દુર્દંશા અને દુઃખ અમારી જ બાતને સ્ત્રીઓને જ થાય છે ને ? ઘરનાં માણસો તો તેમની પોતાની રીતે બધી વાતે અકકડ કકકડ ને સાફસુદ્ધ રહે છે.

સમજી—એ તો તમે ખરું કહો છો. અંગ્રેજી શીખ્યાથી અને સાહેબે લોકોનું બેઠું સાંભળીને, તમારા માણસોની અવસ્થા, બહારથી જેટલું બેઠું શકાય છે તેટલા ઉપરથી તો સારી જ થઈ છે, સુધરી જ છે, એમ કહેવું

બેઠાં. પરંતુ તમારી સ્ત્રીઓની જે માઠી અવસ્થા છે તે તો એવી ને એવી જ છે. ડૉક્ટર સાહેબ કહેતા હતા કે જે દેશ જેટલો સભ્ય એટલે સુધરેલો, તે દેશની સ્ત્રીઓની અવસ્થા તેટલી સારી હોવાની. વળી તે એમ પણ કહેતાં હતાં કે, દેશી ગૃહસ્થો પોતે ઘણી વાતે સુધર્યા છે ખરા, પરંતુ સ્ત્રીઓની અવસ્થા સારી કરવાને માટે તેઓ પુરતી દરકાર કરતાં નથી તેથી તેમના દેશનો ભક્ષીવાર થતો નથી. સ્ત્રીઓ એ દેશની લક્ષ્મીઓ છે. તેમની સ્થિતિ સુધરે તો પછી દેશની ઉન્નતિને જરાય વાર ન લાગે. આપણા પંડિતોએ સાચું જ કહ્યું છે કે ઘરની નારીતું જ્યાં પૂજન કરવામાં આવે છે, જ્યાં તેમને માનપાનથી રાખવામાં આવે છે ત્યાં દેવતાઓનો વાસ હોય છે.

**માણેક**—એ સમજણ આવતાં તો હજી જમાનો લાગશે. એ તો ઠીક પણ જરા કાળજી લઈને સુવાવડી સ્ત્રીઓને સારી રીતે રાખે તો આવા કમોતે સ્ત્રીઓ તથા તેમના સંતાનો ભરી તો ન જાય ! આટલું કરે તો ઇશ્વરનો પાડ માનીએ.

**સમજી**—હાલ એવા જ સુધારાની ખરી જરૂર છે.

**માણેક**—સાફ, ઠંડો પવન અને બીની લેજવાળી ઠંડી જમીન છોકરાતું જે સત્યાનાશ વાળે છે, તે તો તમે ખરાબર કહી સંભળાવ્યું પણ એથી સુવાવડીને કંઈ તુકશાન થાય છે ખરું ?

**સમજી**—ઓત્તારીની ! એમાં વળી પૂછવા જેવું શું છે ? સુવાવડીને પણ એવી ઠંડકથી જેવું તેવું તુકશાન થતું

નથી. શરદી, ઉધરસ, તાવ, વાયુ પેટની પીડા અને ધનુરવા વગેરે સર્વ પ્રકારના રોગ એની ઠંડી શરદીને લીધે થઈ શકે છે. એને પણ કુમળા બચ્ચા જેવી જ તે વખતે સમજવી જોઈએ. કફનો વધારો થાય એમ સમજીને તમે સુવાવડીને ઠંડુ પાણી પણ પાતાં નથી. ઘી અને સૂંઠ વગેરે ગરમ મસાલા ખવરાવો છો, અને કેટલી કેટલી, ગરમીમાં રાખો છો. એના ઉપરથી જ હિમ લાગવું અથવા ઠંડો પવન આવો એ સુવાવડીના સંબંધમાં કેટલું ખરાબ છે, તે સહજ સમજી શકાશે. પ્રસવ ક્યો પછી પ્રસૂતિની હાલત પણ કુમળા બચ્ચાના જેવી થઈ જાય છે. તેથી કરીને જ ઠંડી શરદી, પવનથી બચ્ચાને જેવું નુકશાન થાય છે તેવું જ નુકશાન તેની માને પણ થાય છે. એ ખરાખર મગજમાં રાખવું જોઈએ. લીની લેજવાળી ઠંડી જમીન પર સુતેલી તે સુવાવડી સ્ત્રીના ઓરડાની ચોતરફથી ઠંડો પવન સુસવાટા ભર્યો આવીને શરીરે લાગે છે. સ્ત્રી ધુળ ઉઠે છે આમ છતાં પણ કફનો વધારો થશે એવું જાણીને તમે એને ટાઢું પાણી પણ પીવા આપતાં નથી એ તો તમારી યુદ્ધિની ચતુરાઈ જ છે ને ?

માણેક—હવે વધુ ન કહેશો. હું બધું ખરાખર સમજી ગઈ છું. આવી ભૂલ હું કરીશ જ નહિ. બીજા કશાથી પણ એ રોગ થઈ શકે ખરો ?

સમજી—હા કેમ નહિ ? છોકરાને ખવડાવવા-પીવડાવવાના દોષથી એવી ભૂલથી પણ એ રોગ થઈ શકે છે.

માણેક—ખવરાવવા પીવરાવવાનો દોષ કેવી રીતનો ?

**સમજી**—ખવરાવવા પીવરાવવાને દોષ કેવી રીતનો તે તમને એક જ વાતમાં કહી દઉં છું. વાશી દૂધ પાવાથી છોકરાને એ રોગ થઈ આવે છે.

**માણેક**—ઓત્તારીની ! એ તમે શું કહો છો ? બહેન ! પહેલાં જે ત્રણ દિવસ સુધી પ્રસૂતિના થાનમાં સારી રીતે ધાવણુ આવતું નથી, તે દિવસોમાં અમે ઘણી વેળાએ ગળ-થૂથીને બદલે ગાયનું કે બકરીનું દૂધ બચ્ચાને પાઈએ છીએ. તે પછી તાણું છે કે વાશી તેની દરકાર અને તપાસ કેઈ કરતું નથી. સવારમાં ગાય કે બકરીને દોહતાં મોડું થાય, તો રાતનું વાસી દૂધ રાખી મૂક્યું હોય તે જ છોકરાને પાઈ દે છે. પછી છોકરાના પેટમાં ભાર થાય છે, તેને ચૂંક આવે છે તે ઉલટીઓ કરે છે. પણ એમ કરવામાં તેઓ હાથે કરીને જ પોતાના બચ્ચાને ઝેર પાચે છે એ વાત સુવાવડીઓ શું સમજે છે ખરી ? શેનું સમજે ? અમ્મલ જ બળી હોય તો જાણી શકેને ? આવું આવું ન સમજવાથી જ તો અમારી સુવાવડીઓનાં કપાળે અપયશ લખાયલો હોય છે.

**સમજી**—ઠીક ત્યારે, ખવરાવવા પીવરાવવાને દોષ શો, તે હવે વધારે સમજાવવાની જરૂર પડશે ખરી ?

**માણેક**—ના, બા, ના; હવે કહેવું સમજાવવું નહીં પડે. છોકરાને એવી રીતે ખવરાવવું પીવરાવવું જોઈએ કે તેના પેટમાં જરાએ દુઃખ ન થાય, તેના પેટમાં કોઈ પણ પ્રકારનું અસુખ ન થાય એટલે થયું ને ?

**સમજી**—હા, તેમ નહિ તો બીજું શું ? જે ત્રણ દિવસ થાનમાં બરાબર ધાવણુ ન આવે, તે દિવસે તેને ગાય કે બકરીનું જે દૂધ પાવામાં આવે, તે દૂધ તાણું હોવું

જોઈએ, જરા ગરમ પણ કરવું જોઈએ, અને એકીવારે વધારે પાવું નહિ તેમ ઉપરા ઉપરી પણ ન પાવું. થોડું બાળકને સહે એ પ્રમાણે જ પાવું.

માણેક—પણ ઉપરા ઉપરી પાવું એટલે શું ?

સમજી—હમણાં દૂધ પાવું, અને ત્યાર પછી થોડીક વાર ન થઈ અને પાછું પાવું, તે ઉપરા ઉપરી કહેવાય. એવી રીતે એ પાવું સાં નથી. એમ પાવાથી છોકરાને બરાબર પચી શકતું નથી, તેને અપચો થાય છે અને વળી તેને સંતોષ પણ થતો નથી. ઉપરા ઉપરી દૂધ પાવું કોને કહે છે, તે હવે સમજ્યાં કે નહિ ?

માણેક—હા, બરાબર સમજી.

સમજી—અવતર્યા પછી છોકરાનો કોઠો સાફ ન થાય તેને ઝાડો-પિશાબ ન થાય તો પણ આ રાગ થઈ શકે છે.

માણેક—ત્યારે છોકરું અવતરે કે તરતજ તેને જીલાબ આપવો જોઈએ, કેમ ખરું ને ?

સમજી—હા, આપવો જોઈએ. અને તેટલા માટે જ અમે જીલાબ આપીએ પણ છીએ.

માણેક—ઠીક, ત્યારે તો! ખરે કહી બતાવો ને બહેન કે કેવી રીતે એવા કાચા કુમળા છોકરાને જીલાબ આપવો જોઈએ ?

સમજી—તે પછી કહીશ. પણ હમણાં એક બીજી વાત સાંભળો.



માણેક—એ તે કંઈ ?

સમજી—નાળ કાપવાની બૂલથી અને નાળ કાપ્યા પછી તેને સુકવવાને માટે ખાસ પ્રયત્ન ન કરવાથી પણ આ રોગ થઈ આવે છે એ તમે જાણો છો ?

માણેક—ના. એના દોષથી પણ રોગ થાય છે ખરો ?

સમજી—હા. નાળ કાપવાનો દોષ એ કે, જો નાળને મૂળ આગળથી ઘસીને કાપે તો તેથી નાળની વેદના વધે છે અને છોકરાને એ રોગ ઉપડી આવે છે. અને જો છરી વડે પણ નાળને ઘસી ઘસીને કાપવામાં આવે તોય બચ્ચું બહુ દુઃખ પામે છે. એનાથી પણ એ રોગ થઈ આવે છે. સમજણમાં ઉતર્યું કે નહિ ?

માણેક—ઓ મા ! અમારી હાથણીમાં તો એ બંને દોષ હોય છે. તેઓ ઘણું ખર્ચ તો નાળને મૂળ આગળથી ઘસીને કાપે છે. અને છરી વડે કાપવો એ તો તેમની ટેવ જ થઈ પડી છે. છરી જો ધારવાળી હોય છે તો તો કંઈક બચાવ થાય છે; નહિ તો ઘસી ઘસીને કાપતી વખતે છોકરું બહુ રડારોળ કરી મૂકે છે. તેટલા માટે તમે હવે કહી દોને બહેન, કે કેવી રીતે નાળ કાપ્યાથી છોકરાને રોગ દુઃખ થવાનો કંઈ પણ ભય ન રહે ?

સમજી—એ વાતની અત્યારે શી જરૂર છે ? મણીને એકવાર બાણિયો આવવા દો, એટલે પછી તમારી નજર આગળ જ હું બધું કરી બતાવીશ.

માણેક—એ પણ ઠીક છે. ત્યાર પછી હવે કહો, નાળ સુકવવાને માટે શું કરવું બેઠએ ?

સમજી—તમે દીવાની વાટ ઉપર જમણા હાથનો અંગુઠો ઉનો કરીને નાળના ઉપર જ્યાંથી તે કાપી હોય તેના ઉપર એ ગરમ અંગુઠો ચાંપી ચાંપીને શેક કરો છો કેમ ખરું ને ?

માણેક—હા, મેં એવું કરતાં બેયું છે.

સમજી—એ જ ખોટું છે. તમે એમ માનો છો કે એવી રીતે શેક કર્યાંથી નાળનું દુઃખ મટી જાય છે પરંતુ એ મુજબ ચાંપી ચાંપીને શેક કર્યાંથી શું થા રૂઝાય કે વેદના મટી જાય ખરી ? કાચા નાળના ઉપર આ પ્રકારે શેક કરવો એજ તાણખેંચ થવાનું એક ખાસ કારણ છે. તમે દીવાની શગ ઉપર જમણા હાથનો અંગુઠો ઉનો કરી કરીને નાળના ઉપર (જ્યાંથી કાપ્યો હોય ત્યાં) એ અંગુઠો ચાંપી ચાંપીને શેક કરો છો. અને તેનાથી નાળની વેદના મટી જાય છે એમ માનો છો ને ? પણ રાત દિવસ એ પ્રમાણે ચાંપ ચાંપ કર્યાંથી શું થા રૂઝાય અને વેદના મટી જાય કે ? કાચા નાળના ઉપર એવી રીતનો શેક કરવો એ જ તાણખેંચ થવાનું એક કારણ છે. કેવી રીતે શેક કરીને તમે છોકરાને બે દુઃખ દેતાં ન હો, તો પછી નાળ સુકવવાને માટે વિશેષ પ્રયત્ન કેઈપણ ન કરવો પડે. એ બધી વાત આગળ ઉપર વિગતથી કહીશ.

માણેક—ઠીક, એ પછી કહેજો.

સમજી—સુવાવડી સીનો ચીરડો હવા-અજવાળાવાળો.

હોવો જોઈએ. એ તમને આગળ જણાવ્યું છે. એના ચોર-ડામાં જો પવન સારી રીતે આવ-જા ન કરી શકતો હોય તો તેથી પણ બચ્ચાને એ રોગ થઈ આવે છે. આગળ કહ્યું તેમ અમારા અમારા ડોક્ટર સાહેબના દેશમાં સુવા-વડી સ્ત્રીઓને માટે જે હોસ્પીટલ છે તેમાં પહેલાં ઘણાં કાચા વાસાનાં છોકરાં અવતર્યા પછી પાંચ-છ દિવસમાં જ મરી જતાં હતાં, કેમ એ તમને યાદ છે કે નહિ ?

માણેક—હા, એ વાત બરાબર મને યાદ છે. પણ શું એ બધાં છોકરાં એજ રોગથી મરી જતાં હતાં ?

સમજી—હાસ્તો, તેમ નહિ તો બીજું શું ? ઠીક ત્યારે, હવે એ રોગનાં કેટલાં કારણો મેં કહ્યાં, તે તમે કહી બતાવશો ખરા ?

માણેક—કેમ જ વળી તમે છ મને કારણો કહ્યાં એથી કંઈ વધારે તો કહ્યાં નથી ને ? એ કારણો તમે કહેતાં હો તો કહી બતાવું ?

સમજી—હા, કહી બતાવોને ! એ બધાં કારણો યાદ કરી રાખવાની ખાસ જરૂર છે.

માણેક—જીએ સાંભળો:—

છોકરાનું શરીર અસ્વચ્છ ( મેતું-ગંદુ ) રાખ્યાથી એ રોગ થાય છે.

છોકરાના શરીરે ( ઠંડી-શરદી-પવન વગેરે ) લાગ્યાથી પણ એ રોગ થાય છે.

છોકરાને ખવરાવવા પીવરાવવાના દોષથી એ રોગ થાય છે.

અવતર્યા પછી છોકરાનો ઠેઠો સાફ નહિ થયાથી ઝાડો પિશાબ ન થયાથી એ રોગ થાય છે.

નાળ કાપવાના ઢોપથી, અને નાળ કાપ્યા પછી તેને સૂકવવાને માટે ખાસ પ્રયત્ન નહિ કર્યાથી એ રોગ થઈ શકે છે.

અને છેલ્લું કારણ સુવાવડના ઓરડાની અંદર સારી રીતે પવન આવ જા કરી શકતો ન હોય તો પણ છોકરાને એ રોગ થઈ આવે છે.

સમજી—વાહ ! શાખાશ ! બરાબર ધ્યાન રાખીને સાંભળો છો તો ખરાં ?

માણેક—હવે જાણી શકી કે, આવા કારણોથી જ અમારા દેશમાં આટલા બધાં કાચાં છોકરાં માર્યા જાય છે. અરેરે ! અમારી સ્ત્રીઓ જો આ બધું જાણી શકે, તો પછી તેમના ખોળામાંનાં છોકરાં શું એવી રીતે મરે ખરાં ? છોકરાને બચાવવા, જીવાડવાને સારુ તો સુવાવડી પોતાનો પ્રાણ સુદ્ધાં પણ આપી શકે. તો પછી તેમને સાબું તાળું રાખવાને સાફ એવા સામાન્ય નિયમો તેઓ પાળી ન શકે, એમ ધારો છો ? એકવાર તેમના જાણ્યામાં આવવું જોઈએ કે, આવી રીતથી છોકરૂં સાબું-સમું રહે છે તો પછી તેઓ પોતાના પેટનાં બાળક માટે ઝિંઘ-આહાર કે કષ્ટ વેઠીને પણ તેઓ એ બધાં નિયમો જરૂર પાળશે તેમાં જરાય શંકા નથી.

સમજી—હા, હું પણ એમ માનું છું.

માણેક—હીક, છોકરાંને એ રોગ થવાનો શું કોઈ અમુક સમય છે કે ? એટલે અમુક વખતે જ અથવા અમુક

મુદતમાં જ એ રોગ છોકરાંને થાય એવો કંઈ નિયમ કે પછી સંભાવના ખરી ?

સમજી—વખત નક્કી ખરો સ્તો. ખચ્યું આવ્યા પછી સાત દિવસની અંદર જ ઘણું કરીને એ રોગ થતો રહે છે. સાત દિવસ થઈ ગયા પછી પણ એ રોગ થઈ શકે છે તો ખરો, પણ સાત દિવસની અંદર થયાથી બહુ ભયાનક થઈ પડે છે. છોકરાને કેઈ પણ રીતે બચાવી શકાતું નથી. અને સાત દિવસ પછી થાય તો તો બચવાને બચવાની પણ કંઈ આશા બાકી રહે છે. પંદર દિવસ પછી એ રોગ થવાનો બહુ ભય રહેતો નથી.

માણેક—એમ છે ? ત્યારે તો એટલો વખત જય નહિ ત્યાં સુધી છોકરાને ખૂબ સાવધાનીથી અને હોશિયારીથી રાખવું જોઈએ !

સમજી—હા, એમાં કંઈ કહેવાનું હોય ! એ રોગ થવાનાં જે જે કારણો મેં કહ્યાં છે તે બધાં ખરાબર ધ્યાનમાં રાખીને છોકરાની માવજત કરી હોય તો પછી કંઈ પણ ભય રહે નહીં. ઓહો ! ઘણો સમય થઈ ગયો. વાતોમાં કંઈ ભાન પણ ન રહ્યું. હવે મને જવા દો. મેં કહ્યું તે મુજબ તમે સુવાવડનો ઓરડો તૈયાર કરાવજો અને જરૂર પડે ત્યારે મને બોલાવજો. હું તરતજ આવી પહોંચીશ.

માણેક—હા, બહેન, જાવ. તમને મેં બહુ ખોટી કુર્ચી. અને તમને બોલાવ્યા વગર તે કંઈ ચાલવાનું છે ? અમે અમારી ગરજે બોલાવશું બહેન ! આ તો તમે ભલાં છો કે આટલું કહો છો. બાકી બીજી દાયણો તો ઘણી જોઈ પણ તમારી તોલે તો કેઈ જ ન આવે.

સમજીબહેનના ગયા પછી માણેકે પોતાના નોકર મગનને બોલાવીને કહ્યું--સમજી દાયણ જે બધું કહ્યું તે તે સાંભળ્યું કે નહિ ?

મગન--હા, બા, સાંભળ્યું.

માણેક--ઠીક ત્યારે, જા અને જે પ્રમાણે તેણે કહ્યું છે તે મુજબ મુલાવડનાં ચોરડાની તૈયારી કર. તને સમજ ન પડે તો મને પૂછજે.

મગન--બહુ સારું, બા, આ ચાલ્યો.

માણેક--જે મગન, જે જગ્યાએ મુલાવડનો ચોરડો તૈયાર કરે તે જગ્યા બરાબર સારી હવા-ઉન્નશવાળી અને ભેજ વગરની હોવી ખાસ જરૂરની છે. ભોંયતળિયું પણ સારું-સુકું અને ખડગ જેવું હોવું જોઈએ. આખો ચોરડો બરાબર ચોખ્ખો, સફાઈદાર અને સપાટ હોવો જોઈએ.

મગન--બહુ સારું બા, આજે જે જે કહ્યું છે તે મુજબ જ હું ચોરડો તૈયાર કરીશ. આપ આવીને જોજો તો ખરા. દાયણ પણ જો ચોરડો જોશે તો વાહ વાહ કહેશે.

માણેક--ઠીક હવે તૈયારી કર.

## પ્રકરણ ૪ થું.

ગર્ભિણી સ્ત્રી અને તેના પેટમાંનું બાળક

મણી—બા, આજ માં પેટ ફાટુ ફાટુ થઈ રહ્યું હોય તેમ લાગે છે ?

માણેક—એ તો એમ થાય જ. દશ મહિનાવાળી ખરીને ? (પછી મનમાં) કદાચ અત્યારે એને પીડા થતી પણ હોય ! લાવ સમજી દાયણને બોલાવવા માટે મોકલું.

“ અરે મગન ! એા મગન ! ”

મગન—“ જી બા, આ આવ્યો. ”

“ શું કહો છો બા ? ” મગને આવતાં જ શેઠાણી પાસેથી હુકમ માગ્યો.

માણેક—તું સમજી દાયણને ત્યાં જઈ નાં નામ દઈ તેને અહિં બટ બોલાવી લાવ.

મગન—જી, આ ચાલ્યો.

થોડીવારમાં તો મગન સમજી દાયણને લઈને આવી પણ પહોંચ્યો. સમજીએ આવતાંની સાથે જ પૂછ્યું.—“ કેમ કેમ બહેન મને બોલાવવા મોકલી ? ”

માણેક—મણીને જરા દુઃખે છે.

સમજી—શું ખરું કહો છો ? લાવો જોડું. શું છે ! મણીની પાસે જઈને ) કેમ બહેન ક્યાં દુઃખે છે ?

મણી—પેટમાં પીડા એવી થાય છે કે જાણે પેટ ફાટી ન જતું હોય !

સમજી—ઓ હો ! તેમાં શો ભય છે ? જરા પણ બહીશ નહિ.

માણેક—(સમજીના સામું જોઈને) હવે શું કરવું જોઈએ ?

સમજી—હવે હું કપડાં બદલીશ. બીજા બધાંને જવા દો.

માણેક—કેમ ? પહેરેલાં એ લૂગડામાં કાંઈ દોષ છે ખરો ?

સમજી—ખાસ દોષ જેવું તો કાંઈએ નથી. તો પણ આ કપડાં પહેરીને કેટલાય લોકોની પાસે આવ જા કરું છું. તેથી વખતે કોઈ એપી રોગવાળાનો પડછાયો પડીને કે સ્પર્શસ્પર્શ જેવું થઈને એવા રોગનો એપ લાગેલો કે બહેલો હોય તેટલા માટે સાવચેતી રાખ્યા વગર અમે એ કપડાં સાથે કોઈ જણનારીને પ્રસવ કરાવવા ગયાથી એકમાંથી બીજું પણ થઈ આવે. દાયણુ જો એવી રીતે બરાબર સાવચેત થયા વગર એકદમ પ્રસવ કરાવા બંધ છે તો તેથી સુવાવડમાં સુવાવડીને કેટલી કેટલી બતના રોગ થઈ આવે છે તે કહી શકતી નથી.

માણેક—શું કહો છો, બાઈ ? ત્યારે અમારી દાયણુ તો કપડાંલત્તાં કાંઈએ બદલતી નથી. જે મેલાં કે ગમે તેવાં કપડાં તેમણે પહેરેલાં હોય છે, તેનાં તે લૂગડાં સાથે જ સુવાવડના ઓરડામાં ઘૂસી બંધ છે.

સમજી—એમાં શો દોષ છે તે તેઓ જાણતી નથી તેથી કપડાં બદલતાં નથી. જાણતી હોય તો જરૂર બદલ્યા વગર ન રહે. તમે લોકો કદી કપડાં બદલ્યા વિના સુવાવ-



હનાં ચોરડામાં જાઓ, તો તેમાં એટલો બધો દોષ નથી. પરંતુ હાયણો તો દસ સુવાવડોની પાસે રખડે છે—આવ જા કરે છે; તેથી તેમણે તો ખાસ કરીને બરાબર સાવચેત રહેવું જોઈએ. વળી તમારી વહુ બેઠીઓ કંઈ એવી હોશિયાર હોતી નથી કે તેઓ હાયણને આ બાબતમાં સમજાવે.

માણેક—એ વાત ખરી છે. હવે પછી શું કરશો ?

સમજી—હાથના નખ ઉતારીશ.

માણેક—કેમ, નખ ઉતારી નાંખવાની શી જરૂર છે ?

સમજી—હાથ લગાડીને જોવું તપાસવું પડશે ને ? એટલે જો નખ હોય તો વખતે તેની અણી લાગી બેસેને. જે પડદાની અંદર છોકરું રહે છે, તેને નખની અણી વાગે તો પ્રસવ થયા પછી પ્રસૂતિને ભારે કष्ट લોગવવું પડે છે. તેટલા માટે, જો હાથ લગાડીને જોવું તપાસવું હોય, તો ખૂબ સાવચેત થઈને જોવું જોઈએ. સુવાવડી સ્ત્રીની જીવાદોરી હાયણના હાથમાં જ હોય છે.

માણેક—જુઓ ત્યારે, આમ છે, બહેન ! હાથની આંગળીઓના નખ ઉતારી નાંખ્યા વિના પ્રસૂતિને પ્રસવ કરાવવા જતાં કેવું કેવું નુકસાન થાય છે, તે તો અમારી હાયણો જાણતી જ નથી અને તેથી જ તેઓ નખ ઉતારી નાંખતી પણ નથી. બાકી સુવાવડી સ્ત્રી કष्ट પામે અને તેની સુવાવડ કથળે એવું કંઈ હાયણ ઈચ્છતી નથી.

સમજી—હા, ખરી વાત. એવી ઈચ્છા તો તેઓ શા માટે રાખે ?

માણેક—હીક, પછી બીજું શું કરશો ?

સમજી—તે પછી એકવાર પ્રસૂતિની પાસે જઈશ.

માણિક—કેમ, તેની પાસે જઈને શું કરશો ?

સમજી—તેનું પેટ તપાસી જોઈશ.

માણિક—પેટ જોયાથી શી સમજણ પડશે ?

સમજી—પેટ જોયાથી છોકરું પેટમાં દેવું થઈ રહ્યું છે, તે સમજી શકાશે.

માણિક—પેટની અંદર છોકરું દેવું થઈને રહ્યું છે એટલે શું ?

સમજી—કેમ ? છોકરાનું માથું નીચેની બાજુએ છે કે ઉપરની તરફ છે, અથવા તો છોકરું આડું છે કે સીધું છે તે જાણવું જોઈએ !

માણિક—ઓરે ! પેટની અંદર છોકરાં વળી આવી આડી રીતે પણ રહે ખરાં ?

સમજી—હા, ફલાણીના છોકરાનો પહેલો પગ આવ્યો હતો, કે હાથ આવ્યો હતો, એવી વાતો કરતાં કોઈને સાંભળ્યાં નથી કે શું ?

માણિક—હા, એમ તો સાંભળ્યું છે ખરું. અમારા આ ગામમાં પશા પટેલની જડાવ વહુને છોકરાં અવતરવાને વખતે પહેલા પગ આવ્યા હતા.

સમજી—ત્યારે જાણતાં નથી એમ કેમ કહેવાય ? છોકરાના પગ નીચેની તરફ ન હોય, તો પહેલા પગ આવી શકે ખરા કે ?

માણિક—હા, હા. ખરી વાત, બહેન.

સમજી—તેવી જ રીતે છોકરાનું માથું નીચેની બાજુએ હોય, તો માથું પહેલું આવે, અને છોકરું આડું થઈને રહ્યું હોય, તો હાથ પહેલો આવે.

માણેક—વારં બહેન, એ બધામાંથી સારું કયું ?

સમજી—પહેલું માથું આવે તે સારું.

માણેક—માથું ઘણું ખરું પહેલું આવતું હશે ?

સમજી—હા. એના દાબલા શું દેખતાં નથી ? સેંકડે સત્તાણું છોકરાંનું માથું આગળ આવે છે; સેંકડે એક છોકરાના પગ પહેલા આવે છે; અને બસોચોવીશ છોકરામાંથી માત્ર એકનો હાથ પહેલો આવે છે. ડાકટરી દફતરોમાં તપાસ કરી જોયાથી ખરાબર આવી સરેરાશ મળી આવે છે.

માણેક—ત્યારે પહેલો હાથ આવવાના બનાવ છેક જ ચોછા બને છે, એમ કહેવાય ખરુંને ?

સમજી—હાસ્તો. છેક જ થોડા, નહિ તો બીજું શું ? એમ ન હોત તો પછી પ્રસૂતિઓને બચવાનો આરો પણ ક્યાંથી રહેત ?

માણેક—કેમ ? પહેલો હાથ આવ્યાથી છૂટા છેડા થતાં પ્રસૂતિ બહુ જ કષ્ટાતી હશે, નહિ વાત ?

સમજી—હા કષ્ટાય જ. છોકરું જો આપોઆપ ફરી ન જાય, અથવા દાયણ ફેરવી ન શકે, તો પ્રસૂતિને પ્રસવ થઈ શકે નહિ; એ મરી જાય.

માણેક—ઓ મા ! આટલું ભયાનક ! પહેલો હાથ આવવો એટલો બધો જોખમી છે ? હીક, ત્યારે છોકરાને ફેરવી દેવું કેવી રીતે ?

સમજી—તે કહું છું, સાંભળો. જો કદાચ છોકરાનો હાથ પહેલો આવે, તો જીકિત કરીને ધીમે ધીમે તેના બંને પગ પકડીને નીચા નમાવી લાવવા જોઈએ; એમ થયાથી પ્રસૂતિને પ્રસવ થઈ શકે. એને જ છોકરું ફેરવી દેવું કહે છે.

જાયણે ફેરવી દીધા વગર પણ છોકરું ક્યારેક આપોઆપ જ ધૂમીને ફરી આવે છે.

માણેક—વારૂ, ત્યારે એ તો કહો, કે છોકરાના પહેલાં પગ આવશે કે માથું આવશે, તે પેટ ભેંધને કેવી રીતે જાણી શકાય ?

સમજી—તે કહું છું, સાંભળો. પ્રસૂતિને ચત્તી અંકે સૂવાનું કહેવું. અને ઓશીકું મૂકીને તેનું માથું અને ગરદન જરા ઊંચાં રાખવાં. તે બાદ તેના પેટ ઉપરનું વસ્ત્ર ખસેડી નાંખવું. એ લૂગડું ખસેડીને જમણા હાથ વતી તેની છાતીની બખોલની નીચેથી પેડુની નીચે સુધી ખેંચી કરીને ભેંચું કે એક લાંબો ટેકરો અથવા મશક જેવો ભાગ ઉપરથી નીચે સુધી ચાલ્યો ગયો છે કે નહિ.

માણેક—હાથ દઈને એવી રીતે જાણ્યાથી શું થાય ?

સમજી—એમ તપાસી જોવાથી તરત જ નક્કી કરી શકાય કે, છોકરાના કાં તો પગ ઉપરની તરફ અને માથું નીચે છે, અથવા તો માથું ઉપર છે, અને પગ નીચેની તરફ છે. એટલે કાં તો છોકરાનું માથું પહેલું આવશે, અથવા તો પગ પહેલા આવશે એ જાણી શકાય.

માણેક—એ વાત ખરી. છોકરું પેટમાં બરાબર સીધી રીતે રહેલું હોય તો એવી રીતે થઈ શકે ખરું પણ જો પ્રસૂતિના પેટની અંદર ડાબી કે જમણી બાજુએ છોકરાનું માથું કે પગ હોય, તો પ્રથમ માથું કે પગ આવી શકે નહીં.

સમજી—વાહ ! હવે તમે બરાબર સમજી ગયાં.

માણેક—આ રીતથી તો પૂરા દિવસવાળી સ્ત્રીના

પેટનો આકાર જોઈને પણ કહી શકાય કે પેટમાં છોકરું સીધું થઈને રહેલું છે, કે આડું-આડકતર રહેલું છે.

**સમજી**—હા, એમ કહી શકાય. સારી રીતે ઠાવકા-ધથી ધારીને જોવાથી ખુશીથી કહી શકાય. જો છોકરું પેટની અંદર સીધી રીતે રહેલું હોય, તો પ્રસૂતિના પેટના ઉપલા ભાગમાં એટલે કે છાતીની જખોલની નીચે, એક હાથ, અને પેટ ઉપર એક હાથ દઈને સારી રીતે ધીમે ધીમે થાબડી થાબડીને જોવાથી, એક હાથે છોકરાની પૂંઠ અને બીજા હાથે તેનું માથું જરાબર માલમ પડી આવે છે.

**માણેક**—જુ કહો છો? ત્યારે તો એવી રીતે હાથ દઈને જોવું જ જોઈએ. માથું છે કે પૂંઠ છે, તે પણ જાણી શકાય. કારણ, પૂંઠના કરતાં માથું જરૂર સખત એટલે કઠણ માલમ પડે છે. કેમ, ખરૂંને?

**સમજી**—હા, જરાબર કહ્યું. પ્રસૂતિના પેટની ચામડી ઢીલી હોય, તો સારી રીતે ધ્યાન રાખીને હાથ દઈને જોવાથી છોકરાના હાથ, પગ, ઢીંચણ અને કોણી સુદ્ધાં પણ ઓળખી શકાય.

**માણેક**—શું કહો છો? એવી રીતે પારખી શકાય? હાં, પણ તમે એમ કહ્યું હતું કે ક્યારેક છોકરાનો હાથ પહેલો આવે; તો પેટ જોઈને એ વાત શી રીતે કહી શકાય?

**સમજી**—કેમ? પેટ જોવાથી જો એમ લાગે કે, છોકરું આડું થઈને સૂઈ રહ્યું છે, તો પહેલો હાથ જ આવી શકે.

**માણેક**—હા એ તો ખરૂં. પેટની અંદર છોકરું સીધું રહ્યાથી જો ઠેકાણે તેનું માથું કે પગ પહેલા આવે, તે

ઠેકાણે છોકરું આડું કે તીરછું રહ્યાથી તેનો હાથ પહેલો આવે જ. કારણ કે, આડું કે વાંકું રહ્યાથી છોકરાનું માથું કે પગ પ્રસવના દ્વારની અડોઅડ સામે ન રહે કે જેથી તે પહેલું આવે.

સમજી—વાહ! ઠીક વાત કહી. હું પણ આવી સફાઈથી તમને સમજાવી ન શકત.

માણેક—પછી શું?

સમજી—છોકરાનું માથું પહેલું આવશે કે પગ પહેલા આવશે, તે પ્રસૂતિને પૂછી જોયાથી પણ ઘણે ભાગે જાણી શકાય.

માણેક—વાહ! એ વળી શી રીતે સમજાય? પ્રસૂતિ શું જાણી ખેડી છે કે તેના છોકરાનું માથું પહેલું આવશે કે પગ પહેલા આવશે?

સમજી—ત્યારે શું હું ગપ મારું છું? એની નિશાની એક છે? તમે તે જાણો છો?

માણેક—ના.

સમજી—છોકરું ફરકે છે એમ તમે સાંભળ્યું છે ખરું?

માણેક—હા, એ તો ખરાબ જાણું છું.

સમજી—પેટમાં બધા ભાગમાં છોકરું ફરકતું નથી તે પણ જાણો છો ને?

માણેક—હા, જમણી કુખના તરફ વધારે ફરકતું જોયું છે. બીજી તરફ ફરકતું બહુ માલુમ પડતું નથી.

સમજી—ત્યારે જે જર્મવાળી સ્ત્રીની ડાબી કે જમણી કુખના તરફ છોકરું ખૂબ ફરકે, અને પેડુંની ડાબી કે

જમણી તરફ ભારે ભારે લાગે તે સીના છોકરાનું માથું પહેલું આવે.

માણેક—ખરેખર! એવું જણ્યામાં આવે તો તો પછી પહેલેથી જ જાણી શકાય કે છોકરાનું માથું પહેલું આવશે કે પછી.

સમજી—એમ કહી શકાય જ તો.

માણેક—તો પછી કહો, પગ પહેલા આવશે કે નહિ. તે કેવી રીતે જાણી શકાય ?

સમજી—કેમ, પ્રસૂતિ જો એમ કહે કે જમણી કે ડાબી કુખના તરફ ભારે ભારે લાગે છે અને પેદુની ડાબી તરફ કે જમણી તરફ છોકરું ફરકે છે, તો જાણી લેવું કે છોકરાના પહેલા પગ આવશે.

માણેક—આ તો સચોટ વાત કહી.

સમજી—હા, એમાં શંકા જ નહિ. પ્રસૂતિ પણ પોતાની મેળે ઘણીક વાત સમજી શકે.

માણેક—હીક ! પણ વાડ, તમે એમ કહ્યું હતું ખરું ને કે છોકરાનો હાથ પહેલો આવે એ ઘણું ભયભરેલું સમજવું ?

સમજી—હા, કહ્યું હતું. પહેલું માથું આવે એ સૌ કરતાં સાફ. પહેલા પગ આવે એ ઓછું સાફ, કારણ પહેલું માથું અને ખભા વગેરે શરીરનો ભાગ આવ્યાથી પ્રસૂતિ પોતાની મેળે જ પ્રસવ કરી શકે, પરંતુ પહેલો હાથ આવે એ ખૂબ જ ભયભરેલું છે. એથી પ્રસૂતિ પોતાની મેળે પ્રસવ કરી શકે નહિ-છોકરાને ધૂમાવીને ફેરવી દેવું પડે. આ વાત પહેલાં તમને કહી સંભળાવી છે, એ યાદ છે ખરી કે ?

માણેક—હાસ્તો ચાદ ન હોય તો એને કેવી રીતે જણાવી શકું ? પૂરા દહાડાવાળી સ્ત્રીનું પેટ ભેંઈને પહેલેથી જ ભણી શકાય કે, છોકરાનું માથું, પગ કે હાથ પહેલો આવશે; માથું કે પગ પહેલા આવ્યાથી પ્રસૂતિ પોતાની મેળે જ પ્રસવ કરી શકે; પરંતુ હાથ પહેલો આવ્યાથી પ્રસૂતિને પ્રસવ થઈ શકે નહિ—એ વાત તો તમે કહી. હવે એમ પૂછું છું કે, છોકરાનો હાથ પહેલો આવશે, એ ભે અગાઉથી જ ભણી શકાય, તો પહેલો હાથ ન આવવા પામે એવો શું કોઈ ઉપાય કરી દેવાય નહિ ? પ્રસવને વખતે હાથ પહેલો આવ્યાથી જ પ્રસૂતિનાં સોએ વર્ષ પૂરાં થઈ જાય, એવું અગાઉથી ભણી શક્યા પછી શું તે સુધારી શકાય નહિ ? એવો કંઈ ઉપાય છે ખરો ?

સમજી—આ તમે ઠીક પૂછ્યું. અગાઉથી ભણી સાંભળી લઈને હું ખ પડે નહિ એવો ઉપાય જો કરી શકે, તે જ ખરી દાયણ બાણવી.

માણેક—ત્યારે એનો કંઈ ઉપાય કહેશો. ઉપાય તો હોવો જ ભેંઈએ.

સમજી—ઉપાય નથી એમ તો કહી શકાય નહિ. પણ દાયણ ભે ખૂબ ચાલાક, ચતુર હોય, તો કળે કળે ધીમે ધીમે હાથ વડે તીરછા કે આડકતરા છોકરાને, સીધું પાંસરૂં આણી શકે.

માણેક—શું કહો છો ? આ સાંભળીને તો હું ખૂબ ખુશી થઈ જાઉં છું. એમ શું કરી શકાય ખરું કે ?

સમજી—હા. કેમ નહિ ?

માણેક—આહા ! ભગવાન કરે ને બધી દાયણો તેમ



કરી શકે તેવી થાય, તો પછી પ્રસૂતિને બીજી કોઈ પીડા ન રહે. હેં બહેન! ત્યારે કહોને, કેવી જુકિત કરીને છોકરાંને સીધું દરી દેવાય ?

સમજી—પ્રસૂતિને ચતી કરી સુવાડીને તેના પેટ ઉપરનું લૂગડું કાઢી નાંખી, ધારીને જીવે, અને પેટના ઉપર હાથ મૂકીને જીવે. એનાથી જો તેને એવી ખાત્રી થાય કે, પેટની અંદર છોકરું આડું કે તીરછું છે, તો બે હાથ વડે છોકરાને બે બાજુએથી ધીમે ધીમે ઠેલીને સીધું કરી દે.

માણેક—હું બરાબર સમજી શકી નથી. બહેન જરા ફરીથી કહોને ?

સમજી—હા, એ સમજવું જરા અઘડું છે. માની લો કે પાતળા નરમ ચામડાની એક પાણીની મશક અને એક લાંબો ફૂંડો છે. એ ફૂંડો પાણીથી ભરેલો છે, તેની અંદર એવી જ જાતની એક મશક, નરમ અને એવા જ આકારની એક વસ્તુ આડી થઈને અટકી રહેલી છે. તે વસ્તુને જો તમે બહારથી હાથ વડે સીધી કરી દેવાને ઇચ્છો તો શું કરો ?

માણેક—બે હાથ વતી ફૂંડામાંની ચીજના બંને છેડા તપાસી જોઉં.

સમજી—પછી શું કરો ?

માણેક—ત્યાર બાદ બંને હાથ બે છેડા ઉપર મૂકીને (એટલે કે ઉપલા છેડાની નીચે એક હાથ, અને નીચેના છેડાની ઉપર એક હાથ દબાવે) ધીમે ધીમે એવી રીતે ઠેલવવી કે, તે વસ્તુ સરતી સરતી સીધી થઈ જાય.

સમજી—વાહ ! આટલું તો સમજે છો પછી બીજું

શું જોઈએ? આજ મુજબ પ્રસૂતિના પેટના બંને પડખાં ઉપર બે હાથ મૂકીને, છોકરાના બંને છેડા ( પગની બાજુ-નો ભાગ અને માથાની તરફનો ભાગ ) એવી જ રીતે ધીમે ધીમે ઠેલી દેવા. એમ ઠેલતાં ઠેલતાં છોકરું સરીને સીધું થઈ જશે.

માણેક—હીક. છોકરું સીધું થયું, પણ એ સીધું કરેલું છોકરું એવું ને એવું સીધું રહેશે ખરું? કે પાછું આડું પેટમાં જેવું હતું તેવું થઈ જશે?

સમજી—એ માટે જરા હિકમત વાપરવી જોઈએ ખરી. જો તેમ ન થયું તો એ પાછું આડું કે વાંકું થઈ જાય એવી સંભાવના રહે છે.

માણેક—એને માટે કેવી હિકમત વાપરવી જોઈએ?

સમજી—છોકરાને એવી રીતે સીધું કરી દીધા બાદ કપડાની ઘડી વાળીને છોકરાના બંને છેડા ઉપર ગોઠવી દઈ, પ્રસૂતિના પેટને કપડા વતી બાંધી દેવું. એમ કરવાથી છોકરું પાછું સરી જવા પામશે નહિ. ત્યાર બાદ પીડા થવાથી થોડીવાર છોકરાને એમ સીધું રાખી દેવાથી પીડા વગર પ્રસવ થઈ જશે.

માણેક—વાહ! આ યુક્તિ તો સારી કહેવાય! મેં બરાબર એ ધ્યાનમાં રાખી લીધી છે. હવે બીજું શું કહેવું બાકી છે?

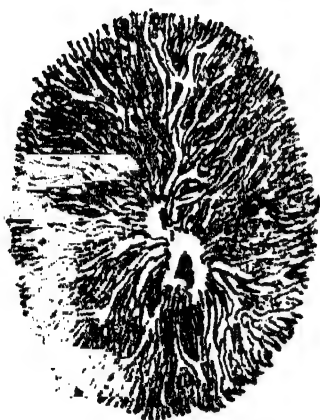
સમજી—બીજું ઘણું બાકી છે. મુખ્ય નિશાનીઓ તો તમને જણાવી આ સિવાય હાથ મૂકીને પણ વધુ સારી રીતે અંદરના બાળકને પારખી શકાય.

માણેક—એટલે?

**માણેક**—જમણા કે ડાબા ગમે તે હાથ થોડુંક ડોપરાતું તેલ ચોપડીને તે હાથ પ્રસવના દ્વાર ઉપર મૂક્યાથી, છોકરાનું અંગ માલમ પડી આવે છે. હાથ કે પગ આવતો હોય, કે પછી માથું આવતું હોય, તે પણ એવી રીતે હાથ મૂક્યાથી પારખી શકાય છે.

ચિત્રો

ગર્ભનો વિકાસ કેમ થાય છે?



ગર્ભ તેની મૂળ સ્થિતિમાં



ગર્ભ રહ્યા પછી પોણા  
મહિને ગર્ભની સ્થિતિ

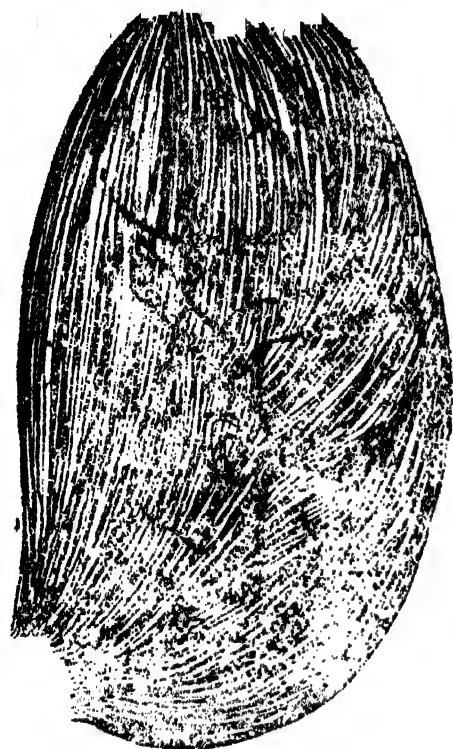


દોઢ મહિનાનું બાળક

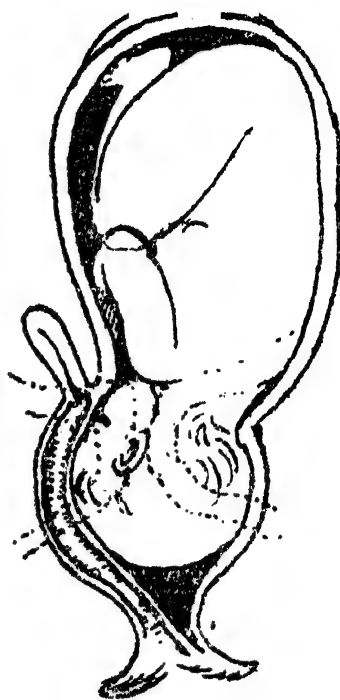


બે મહિનાનું બાળક

ગર્ભમાં મોડું થયેલું બાળક



ઝોર સાથે બાળક



ગર્ભાશયમાં બાળક



ગર્ભમાં જોડિયા બાળક



બે માથાવાળું બાળક

જુઓ એનું માથું નીચે છે અને પગ ઉપર છે. આવી રીતે સ્ત્રીને બાળક અવતરે તો તેને બહુ પીડા થતી નથી અને બાળકને પણ આંચ આવતી નથી.

માણેક—હા. બરાબર કહ્યું. માથું હોય તો ગોળ લાગે, અને હાથ પગનો ઘાટ પણ જુદો જુદો જણાય. પણ બહેન, છોકરાનું પહેલું માથું નહિ આવતાં ક્યારેક હાથ કે પગ પહેલા આવે છે, તેનું કંઈ કારણ હશે ખરું ?

સમજી—હાસ્તો.

માણેક—શું કારણ છે તે કહોને ?

સમજી—પેટની અંદર છોકરું હમેશાં કેવી રીતે રહે છે તે તમે જાણો છો ખરાં ?

માણેક—હા, તમે એમ કહ્યું હતું કે ઘણું ખરું છોકરાનું માથું પહેલું આવે છે, તે ઉપરથી જ એમ સમજી લેવું જોઈએ કે, છોકરાનું માથું નીચેની તરફ અને પગ ઉપરની તરફ રહે છે.

સમજી—પેટમાં છોકરું જ્યારે છ મહિનાનું થાય છે, ત્યારે તેનું માથું નીચેની બાજુએ આવે છે, અને બે પગ ઉપરની તરફ જાય છે. ત્યાર પછી તે એમ જ રહે છે, પણ તે પહેલાં છોકરું પેટની અંદર ઘૂમે-ફરે છે; અને તેથી તેનું માથું કે પગ બરાબર એક ઠેકાણે રહેતાં નથી. આ માટે જ છ મહિના પહેલાં છોકરું આવ્યાથી તેનું માથું પહેલું નહિ આવતાં હાથ કે પગ જ ઘણું કરીને પહેલાં આવે છે.

માણેક—હીક, ત્યારે પેટમાં ગર્ભ કેવી સ્થિતિમાં

રહે છે તથા તે કેમ વિકાસ પામે છે તે જરા દોરી બતાવોને ?

સમજી—સારું. જીવો આ ચિત્રો દોરું છું. x હવે સમજ્યા ને ?

માણેક—વાહ ! હવે બરાબર સમજવામાં આવ્યું. પણ વારૂ, છ મહિના પહેલાં જે છોકરું અવતરે, તે જીવે નહિ, એ માન્યતા ખરી છે કે ખોટી ?

સમજી—હા ન જીવે એ તો તમને હું પહેથી જ કહી ચૂકી છું.

માણેક—કહ્યું તો હતું, તો પણ એકવાર પૂછી જોયું.

સમજી—પેટમાં મરી ગયેલું છોકરું અવતરવાને વખતે પહેલાં તેનું મસ્તક ન આવતાં, હાથ કે પગ જ મુખ્યત્વે પહેલાં આવે છે. હુઃખ દરદ થયાથી જો છોકરાનો સ્વાભાવિક આકાર બદલાઈ જાય, તો પણ પહેલાં માથું નહિ આવતાં હાથ કે પગ જ ઘાતું કરીને આવે છે.

માણેક—એવું તે હુઃખ દરદ કેવું કે જેનાથી છોકરાનો આકાર પણ બદલાઈ જાય ?

સમજી—એવા દરદ ઘણા છે, દાખલા તરીકે છોકરાના મસ્તકમાં ક્યારેક પાણી પણ પેદા થાય છે. આ પાણી એટલું બધું વધી શકે છે કે, તેને લઈને છોકરાનું માથું સ્વાભાવિક રીતે નેઈએ તેના કરતાં ત્રણ-ચાર ગણું મોટું થાય છે.

માણેક—ઓ બાપરે ! કેવી વિચિત્ર વાત ! છોકરાનું

માથું એટલું મોટું થાય તો પછી પ્રસૂતિને પ્રસવ થાય કેવી રીતે ?

સમજી—પોતાની મેળે કાંઈ પ્રસવ થઈ શકે ખરો ? એ તો યુક્તિથી પ્રસવ કરાવવો પડે.

માણેક—એમ ? ત્યારે એવે સમયે કેવી રીતે પ્રસવ કરાવાય, તે તો કહો ?

સમજી—હાલ એ બધી વાત કરવાનો સમય નથી. પછી એ કહીશ. સાંભળો.

માણેક—હીક, એ પછી કહેજો. પછી શું ?

સમજી—ગર્ભવાળી સ્ત્રીને રોગ થયાથી જેની અંદર છોકરું રહે છે, તેનો સ્વાભાવિક આકાર બદલાઈ ગયાથી પણ છોકરાનું માથું આગળથી નહિ આવતાં હાથ કે પગ જ ઘણું કરીને પહેલા આવે છે.

માણેક—ગર્ભવાળી સ્ત્રીને શો રોગ થયાથી તેનો આકાર બદલાઈ જાય ?

સમજી—પાસાનું હાડકું વાંકું થઈને કકડા થઈ ગયાથી તથા પડી જવાથી સખ્ત આંચકો લાગ્યો હોય અને વાગ્યું હોય ત્યારે પણ એ પ્રમાણે થઈ શકે. પીડા શરૂ થયે જો કદાપિ કોઈ કારણથી એકદમ પાણી ચાલી જાય તો પણ છોકરાનું માથું પહેલું નહિ આવતાં, હાથ કે પગ ઘણું કરીને પ્રથમ આવે છે.

માણેક—ત્યારે શું એકદમ પાણી ચાલી જાય એ જોઈ બેઠું ?

સમજી—જોઈ નહિ તો શું ? હવે પછી એ બધું બરાબર તમને હું સમજાવીશ.

માણેક—ઠીક.

સમજી—સાંભળો. પાંચ મહિના થયા પછી ગર્ભ વાળી સ્ત્રીને, કોઈ દૂરને ઠેકાણે પરગામ વગેરે મોકલવાની ના પાડવામાં આવે છે. શા માટે તે જાણો છો ?

માણેક—ના.

સમજી—તે કહું છું. થોડાક દિવસ પહેલાં એક પટેલની સ્ત્રીએ મને પૂછ્યું “ મારી છોકરીને સ્ત્રીમંત છે. એને સાત મહિના થયા છે. હાલમાં તે તેને સાસરે છે, ત્યાંથી મારે ઘેર તેને તેડી લાવવાની મારી ઈચ્છા છે. તો તમારો મત શો છે ? ”

એ ગર્ભવાળી છોકરીને સાત મહિના થયાનું સાંભળીને મેં તે પટલાણીને પૂછ્યું:—“ તમારી એ છોકરીને કેટલે દૂરથી તેડી લાવવાની છે ? ” તેણે કહ્યું, —“ લગભગ દોઢ દિવસનો રસ્તો હશે. ” એ સાંભળીને મેં તેને વિનંતિ કરીને કહ્યું કે હાલમાં હવે તમે તે છોકરીને ત્યાંથી તેડી લાવશો નહિ. પણ તેણે મારું કહેવું નહિ માનતાં તેને પોતાને ત્યાં તેડી આણી. ત્યાર પછી કેટલેક દહાડે મારા સાંભળ્યામાં આવ્યું કે, એ ગર્ભવતી યુવતીને એક છોકરી આવી છે. એ છોકરી આવતાં તેના પગ પહેલા આવ્યા હતાં.

માણેક—ત્યારે તો તમે જે માટે મના કરી હતી, તે જ મુજબનું ખરાબર થયું.

સમજી—હા, તેટલા માટે તો મેં તેને ના કહી



હતી. એ માટેના બધા નિયમો નક્કી જ કરી રાખેલાં છે. શું તેની તમને બાબત નથી ?

માણેક—ના. મને એ નિયમો ન કહો ?

સમજુ—શા માટે નહિ, ત્રણ મહિના પહેલાં અને પાંચ મહિના પછી ગર્ભિણી સ્ત્રીને એક સ્થળેથી તે બીજે સ્થળે મોકલવી જોઈએ નહિ. જો મોકલ્યા વગર ચાલે તેમ ન જ હોય તો તે વખતની અંદર મોકલી દેવી.

માણેક—હીક. વાડ, પેટની અંદર છોકરું ક્યારેક મરી જાય, તો શું પ્રસૂતિને તરતજ પ્રસવ થતો હશે ખરો ?

સમજુ—છોકરું મરી ગયાથી એકદમ તે જ વખતે ગર્ભવાળી સ્ત્રીને પ્રસવ થાય, એમ કાંઈ નથી. તો પણ મરેલું છોકરું વધારે દિવસ પેટમાં રહી શકે નહિ. ઈશ્વરની કેવી મહેરબાની છે કે એથી (પેટમાં છોકરું મરી ગયાથી) ગર્ભવાળી સ્ત્રી દુઃખી થાય, માટે ત્વરાથી એનો ખુલાસો થઈ જાય છે.

માણેક—એમ, મુવેલું છોકરું જો કેટલાક દહાડા પેટમાં રહે, તો ગર્ભવાળી સ્ત્રી શું બહુ દુઃખ પામે ?

સમજુ—દુઃખ ન પામે તો બીજું શું ? છૂટાછેડા થયા પછી પણ તે જલદી સારી થઈ શકે નહિ. શરીર છેક જતું રહે છે. મારા પેટની અંદર છોકરું મરી ગયું છે એમ બાણ્યામાં આવતાં જ ઢીલ ક્યાં વગર ગર્ભવાળી સ્ત્રીને પ્રસવ કરાવવો એ ખાસ જરૂરનું છે.

માણેક—પેટની અંદર છોકરું મરી ગયું છે, તે કેવી રીતે બાણી શકાય ?

સમજી—જાણવા માટેની એક નિશાની છે.

માણેક—શી ?

સમજી—છોકરું મરી જાય એટલે ગર્ભ ધારણ કરનારી સ્ત્રીને પેટમાં છોકરું ફરકતું જણાય નહિ. બન્ને સ્તન નરમ થઈ જાય, દૂધથી ભરેલાં અને કઠણ એ ન રહે. સ્તનમાંથી ધાવણ અટકી જાય. આવું બધું દેખાય ત્યારે જાણી લેવું કે પેટમાં છોકરું મરી ગયું છે.

માણેક—પેટમાં છોકરું મરી ગયું છે, એવો શક આવે તો શું કરવું ?

સમજી—વાર લગાડયા વગર હોંશિયાર ડોક્ટરને બોલાવીને તેને બતાવવું. પછી જે કાંઈ કરવું ઘટે તે ડોક્ટર કરશે.

માણેક—ઠીક ત્યારે હવે તપાસો જોઈએ. મણીના છોકરાનું મસ્તક પહેલાં આવે છે કે પછી ?

સમજી—જોડિં. (તપાસ કરીને) પહેલું માથું આવશે. ગભરાશે નહિ. માંડે કહેવું સાચું જ પડશે.

માણેક—હાથ, નિરાંત થઈ.

અને સમય થઈ જવાથી સમજી દાયણ માણેકબહેનને ત્યાંથી વિદાય થઈ ગઈ.

## પ્રકરણ ૫ મું

### પ્રસવની ત્રણ અવસ્થા

માણેક—ત્યારે હવે શું કરવું ?

સમજી—હવે જોવું કે પ્રસવની કઈ અવસ્થા ચાલે છે.

માણેક—એ વળી શું ? એ તો કાંઈ સમજવામાં ન  
ન આવ્યું.

સમજી—તે જ કહું છું. એ સમજાવ્યા વગર સમજી  
શકાય એમ નથી. ડોક્ટર સાહેબની પાસેથી હું એ બધું  
શીખી છું તે તો તમે જાણો છો ને ?

માણેક—હા.

સમજી—ડોક્ટર સાહેબ કહેતાં હતાં કે, પ્રસૂતિને  
પીડા શરૂ થાય ત્યારથી તે ચાર પડે ત્યાર સુધીનો જેટલો  
વખત, તેટલો વખતના ત્રણ ભાગ કરી લીધાથી, હાયણને  
બહુ સારી સગવડ થાય.

માણેક—એ ત્રણ ભાગ કેવી રીતે કરવા ?

સમજી—પહેલો ભાગ, બીજો ભાગ, અને ત્રીજો ભાગ.

માણેક—પ્રસવના તે વળી ભાગ કેવા.

સમજી—કેમ એના ભાગ ન થાય ? પીડા શરૂ થતાં જ  
શું તરત છોકરું થઈ જાય ખરું ?

માણેક—એમ હું ક્યાં કહું છું ?

સમજી—પહેલાં પીડા ધીમી ધીમી થઈ આવે છે.

પછી થોડીક વધે છે; ત્યારપછી પાણી વહે છે [પરપોટો ફૂટે છે]; અને ત્યારપછી તડામાર કરતી જોસજોર વેણ ઉપડીને છોકરું અવતરે છે. અને છોકરું અવતર્યા બાદ ચોર પડે છે. આટલું બધું બનવું જોઈએ ને ? વળી કયે વખતે શું કરવું, તેની પણ એમ ક્યાં વગર સગવડ અને સમજણ પડે શી રીતે ?

માણેક—ખરું કહું બેન. ત્યારે એ ભાગ કેવી રીતે પાડવા, તે સમજાવો.

સમજી—હા, કહું છું. વેણ શરૂ થવા માંડે ત્યારથી તે જરાયુતું મ્હોં સાંચું ખુલ્લું થાય, ત્યાં સુધીના વખતને પ્રસવનો પહેલો ભાગ અથવા ‘પહેલી અવસ્થા’ કહેવાય.

માણેક—જરાયુ એટલે શું ?

સમજી—જેમાં છોકરું રહે છે, તેને જરાયુ કહે છે.

માણેક—ત્યારે તો પેલી પાણી તજા જેવી ચામડીની થેલી, કે જેમાં પાણી ભરાયેલું હોય છે, તે જ જરાયુ કે ? છોકરું અવતર્યા પછી એ ચોર થઈને બહાર નીકળી જતું હશે, નહિ ?

સમજી—ના, એ નહિ. એ તો એક ચામડાની થેલી પાણીથી ભરેલી રહે છે. એ પાણીમાં છોકરું રૂઝેલું રહે છે. પીડા ધીમે ધીમે વધતાં વધતાં એનું મુખ ફાટી જાય છે. અને તે ફાટતાંની સાથે જ તેમાં જે પાણી હોય છે, તે વહી જાય છે. પણ બધું પાણી એકી સાથે વહી જતું નથી. અને

+ જરાયુ એટલે ગર્ભને વીંટળાયેલું પાતળું પડ.

જે પાણી નીકળી જવું તેને જ વહી જવું અથવા પરપોટો ફૂટવો કહે છે. એ પરપોટો ફૂટ્યેથી તેમાંના પાણીની સાથે સાથે જ, કે ત્યાર પછી થોડીક વાર બાફ કરીને છોઠકું અવતરે છે. અને છેવટે જ્યારે ચોર પડે ત્યારે તેની સાથે એ થેલી પણ બહાર નીકળી આવે છે. અને જરાયુની અંદર છોડરા સુધ્યાં એ પાણી ભરેલી થેલી રહે છે. તેમાંથી તો કાંઈ ફાટતું તૂટતું નથી. તેમ તે બહાર પણ આવતું નથી. પેટની અંદર જ રહે છે. જ્યારે ગર્ભ રહેલો ન હોય ત્યારે તેનો આકાર અતિ ન્હાનો હોય છે. પરંતુ ગર્ભ રહેથી છોઠકું જેમ જેમ મોટું થતું જાય છે, તેમ તેમ તેની સાથે તે (જરાયુ) પણ વધતું રહે છે. અને છોઠકું અવતર્યા પછી પાંચું સંકોચાઈ સંકોચાઈને લગભગ પહેલાંના જેવું થઈ જાય છે. જરાયુ કોને કહે છે, તે હવે તમે સમજી શક્યાં હશે?

**માણુક—**ઓહો, એ તો હવે સમજવામાં આવી ગયું. હાં બહેન, એ જરાયુનો આકાર કેવો હશે ?

**સમજી—**એક વેંગણ જેવો. વેંગણ તો તમે જોયું છે ને ? એનું કાચું કાપીને પછી જે રહે તેમાંથી ગર્ભ-ગ્રીવાં વગેરે કોતરી કાઢીએ એટલે માત્ર છાલની કોથળી રહેશે. એને કબાવીને ચપટી કરીએ અને જેવો આકાર થાય તેવો જ આકાર જરાયુનો જાણવો.

**માણુક—**એ જરાયુ પેટની અંદર કેવી રીતે રહે છે ?

સમજી—એનો મોટો અથવા પહોળો બજારનો ભાગ ઉપરની તરફ રહે છે અને નાનો અથવા સાંકડો ભાગ નીચેની બાજુએ રહે છે. તેમાંથી ઉપરના મોટા ભાગને જરાયુનું ‘શરીર’ કહે છે, અને નીચેના ભાગને જરાયુનું ‘મુખ’ કહે છે. જરાયુનું એ મુખ અને પ્રસવનું દ્વાર, એ બંને અડોઅડ મળી ગયા જેવાં હોય છે.

માણેક—એમ કે? હવે સમજ પડી. પણ ગર્ભ રક્ષાથી શું જરાયુનો આકાર બદલાઈ જાય ખરો?

સમજી—હા. ગર્ભ રક્ષા પછી જરાયુનો આકાર બદલાઈ જાય છે. ગર્ભવતી સ્ત્રીના અને ગર્ભ ન હોય તેવી સ્ત્રીના જરાયુનો આકાર જુદો જ હોય છે.

માણેક—હવે સમજી. પણ જરાયુનું મોં ખુલ્લું થવાનું જે કહ્યું છે, તે કેવી રીતે?

સમજી—તે કહ્યું છે, સાંભળો. હવે જરાયુ અને જરાયુનું મોં કદાચી તમે સમજી શકશો તો ખરા ને? કાંઈ ભૂલ તો નહિ થાય ને?

માણેક—આવી રીતે સ્પષ્ટ સમજણ પાડીને કદાચી તે હવે ભૂલ થતી હશે?

સમજી—ત્યારે સાંભળો. પહેલોડી ભારેવાઈ બાયડીના જરાયુનું મોં તદ્દન બંધ રહે છે. અને જે એક છોકરાની મા થાય છે, તેના જરાયુનું જરાક મોં ખુલ્લું રહે છે. પહેલીવાર ગર્ભ રહેલી સ્ત્રીને પ્રસવ થતાં જે વાર લાગે છે, તેનું એ એક કારણ છે.

માણેક—હીક કહ્યું. પ્રથમ સુવાવડવાળી સ્ત્રીને પ્રસવ થતાં વાર લાગે છે અને હુઃખ પડે છે તે તો તમે કહ્યું. પણ જરાયુનું મુખ પ્રથમ કેવી રીતે ખુલ્લું થાય છે તે તો જણાવ્યું નહિ !

સમજી—જરા ધીરા પડો. હવે તે જ કહું છું. પીડાની શરૂઆત થતાં જ મ્હોં ખુલ્લવા માંડે છે. પીડા એકવાર થઈ આવે છે, અને પાછી ખંધ પડી જાય છે. રહી રહીને વેણો (હુઃખાવો) આવે છે, તે તો જાણો છો ને ? એક વાર ઉપ-ડેલી પીડા એક સરખી ચાલુ રહેતી નથી.

માણેક—કેમ જાણું નહિ ? વેણોની પીડા રહી રહીને થાય છે તેથી તો પ્રસૂતિનો ખચાવ થાય છે; નહિ તો શું તે ખચવા પામે ખરી ?

સમજી—ખરી વાત; વેણની પીડા જ્યારે થાય છે ત્યારે જરાયુનું મ્હોં જરા ઉઘટે છે અને તે જ વખતે થેલીની અંદર છોકરું હોય છે તે પણ નીચે ઉતરે છે, અને તેના (જરાયુના) મ્હોંની અંદર ચેસવાની તજવીજ કરે છે. વળી પીડા ખંધ પડી જતાં જ તે ક્રોધળી પાછી ઉપર જતી રહે છે. એવી રીતે તે વારે વારે નીચે ઉપર આવ જ કરીને જરાયુનું મ્હોં સાફ ખુલ્લું કરી દે છે. એ મ્હોં જ્યારે ખરાખર ખુલી જાય છે ત્યારે તે લગભગ પંદર આંગળ પહોળું થાય છે.

માણેક—શું કહો છો ? એટલું બધું પહોળું થાય છે ?

સમજી—ન થાય ? છોકરાનું માથું એમાં થઈને બહાર આવવું જોઈએ ને ?

માણેક—હા, એ વાત ખરી કહી.

સમજી—ત્યાર પછી એ મ્હોં બરાબર ઉઘડી જવાથી કેટલીકવાર પીડાની વેણી આવે એટલે પાણીવાળી થેલીને જે ભાગ એ મુખની અંદર આવી રહેલો હોય છે તેના ઉપર દબાણ થયાને લીધે ફાટી જાય છે. અને તે ફાટતાની સાથે જ થેલીમાંનું કેટલુંક પાણી વહી જાય છે. એને જ “ પરપોટો ફૂટ્યો ” કહે છે.

માણેક—બરાબર છે. ફાયણોને મ્હોઠથી પરપોટો ફૂટ્યાની વાત સાંભળીએ છીએ ખરી. વારૂ, થેલી ફાટી ગયાથી તેમાંનું બધું પાણી વહી નહિ જતાં થોડુંકજ વહી જાય છે કેમ ?

સમજી—તેનું એક ખાસ કારણ છે. થેલી જેવી ફાટી જાય છે, તેવું જ તેમાંથી બધું પાણી વહી જાય તે પહેલાં છોકરાનું માથું એ ફાટેલા ભાગ ઉપર આવીને અટકે છે, તેથી પછી અંદર રહી ગયેલું પાણી વહી જવા પામતું નથી. આટલું થાય, એટલે પ્રસવની ‘ પહેલી અવસ્થા ’ પૂરી થઈ એમ સમજવું. કેમ, હવે ધ્યાનમાં આવ્યું કે નહિ ?

માણેક—હા, આવ્યું તો ખરું, તો પણ હજી એક-વાર સારી રીતે કહો, કે જેથી બરાબર યાદ રહે.

સમજી—હીક, કહું છું, સાંભળો. પીડા શરૂ થાય ત્યારથી તે જરાયુતું મ્હોં પૂરેપૂરું ઉઘડે ત્યારસુધીના વખતને પ્રસવની પહેલી અવસ્થા કહે છે. હવે સમજ્યાં ?



માણેક—હા, બરાબર સમજાયું. પ્રસૂતિની પહેલી અવસ્થા વેણીથી શરૂ થાય છે. તેને લીધે કમળનું મુખ ખીલે છે અને તેના પૂરા ખીલવા સાથે જ તથિયો બહાર નીકળી ફૂટી જાય છે. કેમ કે બરાબર કહ્યું ને ?

સમજી—બરાબર સમજ્યાં છે. હાયલુ આવીને જો સમજી શકે કે પ્રસવની કઈ અવસ્થા છે, અને પછી બરાબર તેજ પ્રમાણે કામ કરી શકે, તો જ તેને ખરી હાયલુ જાણવી. તેના હાથે પ્રસૂતિ કદિ પણ કષ્ટાય નહિ, અને છોકરાં સંબંધી પણ કશી દહેશત ન રહે.

માણેક—ત્યારે હવે પ્રસવની “ખીલ અવસ્થા” કેાને કહે છે ? અને “ત્રીલ અવસ્થા” કેાને કહે છે તે પણ બરાબર સ્પષ્ટ રીતે સમજાવોને ?

સમજી—જરાયુનું મુખ બરાબર ખુલ્લું થાય ત્યારબાદ જ્યાંસુધી છોકરું અવતરે નહિ ત્યાંસુધી પ્રસવની ‘ખીલ અવસ્થા’ કહી શકાય. ખીલ અવસ્થામાં બાળકનો જન્મ થાય છે. પરંતુ આ ખીલ અવસ્થા બહુ જ વિકટ અને ભય ભરેલી છે. આજ અવસ્થામાં જેટલા દુઃખ—સંકટ આવવાનાં હોય છે તેટલા આવી જાય છે.

માણેક—દુઃખ સંકટ કેવા ?

સમજી—તે જ કહ્યું છે. જરાયુનું મોં ખુલ્લું થયા પછી, અને પાણી વહ્યા પછી, જો છોકરું અવતરતાં વિલંબ થાય તો જબરો રોચ પડી જાય એટલે કે કાંસામાં કાંસા

જેવું થાય. આથી છોકરું પણ હાંફે અને પ્રસૂતિ પણ બહુ પીડા પામે છે.

**માણેક**—હીક, ત્યારે એવું પણ જોવામાં આવે છે કે, છોકરું અવતરતાંજ બહુ વાર લાગે છે, તો પણ છોકરું કાંઈ હાંડી ઊઠતું નથી. એનું કારણ શું હશે ?

**સમજી**—તમે જેની વાત કરો છો, તેજ પ્રસવની ‘પહેલી અવસ્થામાંજ’ થાય છે. “ત્રીજી અવસ્થામાં” એટલે જરાયુનું મ્હો સારી રીતે ખુલ્લા પછી અને પાણી વહ્યા પછી કાંઈ વધારે વાર લાગતી નથી.

**માણેક**—ત્યારે પ્રસવની “ત્રીજી અવસ્થામાં” વાર થયાથી કાંઈ વહેંચત નહિ ?

**સમજી**—ના, જરાય નહિ.

**માણેક**—સારું હવે પ્રસવની “ત્રીજી અવસ્થા” કોને કહે છે તે કહો ?

**સમજી**—છોકરું અવતર્યો પછી જ્યાં સુધી ચોર ન પડે, ત્યાં સુધી “ત્રીજી અવસ્થા” કહી શકાય.

**માણેક**—પ્રસવની ત્રણ અવસ્થા સારી રીતે કહી સંભળાવી. આ સાંભળીને હું રાજી થઈ છું. આવા મોતના અવસરે સાવચેતી રાખ્યા વગર કેમ ચાલે ? અને શું કરવું અને શું ન કરવું તે જાણી રાખ્યાથી એ સમય પણ દુઃખ-ભય વગર દૂર કરી શકાય છે. એકવાર ફરીથી એ ત્રણ અવસ્થા મને ન સમજાવો ?

**સમજી**—શા માટે નહિ ? જુઓ સાંભળો:—

૧. પ્રસૂતિની પહેલી અવસ્થા વીણાથી શરૂ થાય છે. એને લઈને કમળનું મુખ ખીલે છે અને તેના પૂરા ખીલવાની સાથે જ તશિયો બહાર નીકળી ફૂટી જાય છે.

પહેલી અવસ્થામાં ગર્ભાશયનું નિયમિત રીતે સંકોચાવાથી, ખરી વીણા નિયમિત રીતે આવે છે. અને તેના દુઃખાવો કમરમાંથી શરૂ થાય છે.

આજ અવસ્થામાં કમળનું મુખ ખીલે છે અને છેલ્લે તે એટલું મોટું થાય છે કે જેથી બાળકનું માથું આસાનીથી બહાર નીકળી શકે છે.

અને જેવું કમળનું મુખ પૂરેપૂરું ખીલી રહે છે કે તરતજ તશિયો પુષ્કા માફક બહાર દેખાય છે અને તે ફૂટી જાય છે. તેના પુટયાથી થોડું ગર્ભજળ (પાણી) બહાર નીકળે છે અને તેના નીકળવા સાથે બાળકનું માથું અસ્તિ-પ્રદેશના ખરા ભાગમાં આવી જઈ બેસે છે.

૨. પ્રસૂતિની બીજી અવસ્થામાં બાળકનો જન્મ થાય છે.

આ અવસ્થામાં ગર્ભાશય નિયમિત રીતે સંકોચાય છે, તેના સ્નાયુઓ ચાલુ ખેંચાયા કરે છે અને વીણુ જલદી—જલદી આવતી જાય છે. આ અવસ્થામાં વેદનાનું ભેર અને દુઃખ વધે છે.

૩. પ્રસૂતિની ત્રીજી અવસ્થા એ બાળકને અવ-તર્યા પછીની અવસ્થા છે. બાળક આવ્યા પછી ચોર બહાર આવવાની બાકી રહે છે અને તે બહાર આવે તેટલા વખતને પ્રસૂતિની ત્રીજી અવસ્થા કહે છે. કેમ સમજ્યાં ને ?

માણેક—હવે તો બરાબર આ વાત મગજમાં ઠસી ગઈ છે. પણ કઈ અવસ્થામાં શું કર્યાથી પ્રસૂતિનું અને છોકરાનું બંનેનું ભલું થાય, તે કહો તો અંપ વળે.

સમજી—એ બાબત કહેવા સાંભળવાની દરકાર જ શી છે? હમણાં જ મોતીના સંબંધમાં એ બધું નજરોનજર તમને બતાવી દઉં છું.

માણેક—તો તો ઠીક થઈ પડશે.

## પ્રકરણ ૬ હું

### પ્રસવની પહેલી અવસ્થા.

માણેક—ડીક ત્યારે, હવે જુઓ જોઈએ મોતીને હવે પ્રસવની કયી અવસ્થા છે ?

સમજી—( તપાસ કરી જોઈને ] હજી તો પહેલી અવસ્થા જ છે. જરાયુતું મ્હોં હજી ખુલ્લું થયું નથી.

માણેક—ત્યારે હવે શું કરવું જોઈએ ?

સમજી—એણે જરા ઊઠીને ફરવું જોઈએ.

મણી—મારાથી ઊઠીને ફરી શકાય એમ નથી.

સમજી—અરે વાહ ! કેમ ન ફરી શકાય ? હજી શું થયું છે ? અત્યારથી આમ સુસ્ત કેમ બની ગઈ છે ?

માણેક—હુઃખ થતું હશે તેથી સુસ્ત જણાતી હશે.

સમજી—એ ડીક, પણ હુઃખની તો હજી વાર છે. અત્યારે એવો સમય આવ્યો નથી કે આટલું હુઃખ થાય. અત્યારથી આમ સુવા લુવાતું કામ નથી. પ્રસવની પહેલી અવસ્થામાં તો ઊભા રહીને કે ઉડી-ફરીને પીડા સહન કરવી સારી કે જેથી ઝટ છૂટા-છેડા થઈ જાય.

માણેક—(મણીને સંબોધીને) તો બહેન જરાક ઊઠીને આમતેમ ફર, પણ સમજી બહેન ! અમારે ત્યાંની દાયણે તો પીડા થતાં જ પ્રસૂતિને સુવાવડના ઓરડામાં જ લઈ જઈને બેસાડે છે.

સમજી—એટલું કરીને જ તેઓ ખંધ રહેતી હોત તો સાઈ ને ?

માણેક—કેમ ! તેઓ બીજું વળી શું કરે છે ?

સમજી—પીડા શરૂ થતાં જ તેઓ પ્રસૂતિને બેસાડીને ખોંખારા કરવા અને કરાંઝવાને કહે છે. એમ કરવું તે તમે શું સાઈ સમજો છો.

માણેક—શું એથી કંઈ નુકશાન ખરું ?

સમજી—એનાથી બહુ બહુ નુકશાન થાય છે. પ્રસવની પહેલી અવસ્થામાં કરાંઝવાથી ફાયદો તો કશોએ નથી; બિલકુલ વધારે નુકશાન એ છે કે ક્વખતે કરાંઝ કરાંઝ કર્યાથી પ્રસૂતિ બહુ દુખળી પડી જાય છે. અને છેવટે ‘બીજી અવસ્થામાં’ જ્યારે આપોઆપ જ કરાંઝવું પડે છે, ત્યારે પછી તેને શક્તિ રહેતી નથી. એટલાથી જ સમજો, એ બોલું કહેવાય ખરું કે નહિ !

માણેક—ખરી વાત કહી. ચરે રે ! ત્યારે તો અનલડ અનાડી હાયણોના હોષથી જ પ્રસૂતિઓ નકામું એટલું બધું દુઃખ પામે છે !

સમજી—પણ તેમનો વાંક શો ? તેઓ શું બાણે કે પ્રસવની “પહેલી અવસ્થામાં” પ્રસૂતિને પ્રસવ કરાવવાનો પ્રયત્ન કરવો નકામો છે ? એ બે બાણતી હોય તો પછી એમ કરે ખરી કે ?

માણેક—તેઓ તો પ્રસૂતિની પાસે બેસીને માત્ર એમ જ કહ્યા કરે છે કે “કરાંઝ, ખૂબ કરાંઝ”. જીવાન

બાપડીનાં મુખ અને આંખો લાલચોળ થઈ જાય છે, તો પછી કહે છે, “કરાંઝ.”

સમજી—એમનો વાંક કાઢવો નકામો છે, તેઓ સારાને માટે કરવા જાય છે પરંતુ પરિણામ ઊલટું જ આવે છે. ક્યારે શું કરવું તે નહિ જાણ્યાથી જ તેઓ આમ કરે છે. નહિ તો સુવાવડી દુઃખી થાય તેવું તેઓ ઇચ્છતી જ નથી.

માણેક—ત્યારે “પહેલી અવસ્થામાં” તો પ્રસૂતિ કે દાયણ એમને કશુંએ કરવાનું હોતું નથી ?

સમજી—ના, જલદી પ્રસવ કરાવે એમ ધારીને દાયણે પહેલી અવસ્થામાં તો કંઈ જ કૌશીલ્ય ન કરવી. ફક્ત વચ્ચે તેણે એ જ જોતા રહેવું કે, જરાયુનું મોં ખુલ્લું થયું છે કે નહિ ?

માણેક—કેમ, તે જોતા રહેવાની જરૂર ખરી ?

સમજી—હા, જરૂર કેમ નહિ ? એમ જોયા વગર તે શી રીતે જાણવા પામે કે પ્રસવની પહેલી અવસ્થા પૂરી થઈ જઈને “બીજી અવસ્થા” થઈ ? જરાયુનું મોં ખુલ્લું થાય ત્યારે જ “પહેલી અવસ્થા પૂરી થઈ ગણાયને ? અને એ વાત તો હું તમને જણાવી ચૂકું છું કે પ્રસવની “બીજી અવસ્થામાં જ” લય ગભરાટ વ્યાકુળતા વધારે રહે છે. તેટલા માટે તે જાણવાની તો ઘણી જ જરૂર છે.

માણેક—એ વાત ખરી, પણ પાણી પસાર થયાથી [એટલે કે પરપોટો ફૂટયાથી]જ એ તો જાણવામાં આવી ગયું કે, પ્રસવની “બીજી અવસ્થા” થઈ.

સમજી—ઘણું ખરું એમ પણ ખરું. પરંતુ ક્યારેક એમ પણ બને કે પાણી વખતે ના પણ વહે.

માણેક—શું કહે છે ? એ વળી કેવી રીતે બને ? પ્રસૂતિને ત્યારે કેમ કરી પ્રસવ થાય ?

સમજી—કેમ ? પાણીની થેલી સાથે છોકરું પ્રસવે.

માણેક—ઠીક, પણ એમ થાય તેમાં કાંઈ ભય તો નહિ ને ?

સમજી—ના, એવું કશુંએ નહિ. તો પણ દાયણે જરા સાવચેત અને સાવધાન થવું જોઈએ, નહિ તો છોકરું મરી જાય.

માણેક—એ કેવી રીતે ?

સમજી—અવતરીને બહાર પડતાં વેંત જ થેલીમાંથી બહાર કાઢી નહિ લીધાથી છોકરું હાંપી—રંધાઈ ગુંગળાઈ ને મરી જાય.

માણેક—હેં ! ત્યારે શી રીતે એવા છોકરાને બહાર કાઢી લેવાય ?

સમજી—થેલીને હાથ વતી ફાડી નાંખવી.

માણેક—હાથ વડે તે ફાડી શકાય ?

સમજી—હા, ફડાય. તેમ છતાં જો કદાપિ ન ફડાય તો કોઈ હથિયારથી [છરી કે કાતર જે હોય તેનાથી] એક ઠેકાણેથી કાપીને ફાડી નાંખી એટલે થયું. પરંતુ બરાબર ધ્યાન રાખીને એ કામ કરવું કે થેલીને કાપવા જતાં છોકરાનાં શરીરને જરાય ન લાગે. વળી એમ થેલી સાથે



છોકરું અવતરે તે હાથણુ સમજી ન શક્યાથી તેને દૂર ફેંકી ફેંકી ન દે. એમ થાય તો કેવું સત્યાનાશ વળી જાય તે તો સમજાય છે ને ? એ થેલીની અંદર “સોનાનો સૂરજ” છે. એ હાથણુ ખાસ ધ્યાન રાખવું અગત્યનું છે.

માણેક—આહા ! કદાચ આ ન સમજી શક્યાથી કેટલાય આવા “સોનાના સૂરજો” ને ઉગતાં વેંત જ દેખાવી દેવામાં આવ્યા હશે !

સમજી—એમ પણ થાય. કેમ ત્યારે હવે તમે સમજી શક્યાંને, કે થેલી સાથે છોકરું અવતર્યાથી પાણી વહી જાય નહિ.

માણેક—હા, બરાબર સમજી.

સમજી—ક્યારેક કોઈ કોઈ પ્રસૂતિના જરાયુનું મ્હોં બરાબર ખુલ્લા વગર પણ પરપોટો કુટીને પાણી વહી જાય છે. એમ થયાથી પ્રસૂતિ બહુ જ કષ્ટાય છે. જલદી પ્રસવ થઈ શકતો નથી. અને છોકરું પણ વખતે માર્યું જાય છે. વળી પહેલાં તમને કહી ગઈ છું કે, પીકા શરૂ થતાં જ જો કોઈ કારણથી એકાએક પાણી વહી જાય તો છોકરાનું માથું પહેલું નહિ આવતાં હાથ કે પગ પહેલા આવી શકે.

માણેક—શું કહો છો ? ત્યારે તો જલદી પરપોટો કુટી જવો—પાણી વહી જવું—તે ભારે દોષ દેખાય છે ને ? ઠીક, ત્યારે જ્યાં સુધી જરાયુનું મ્હોં બરાબર ખુલ્લું ન

થાય, ત્યાં સુધી પાણી વહી જાય નહિ, તેમ કરવું એ ખાસ જરૂરનું છે નહિ ?

સમજી—હા, એમ કરવું જ જોઈએ.

માણેક—હીક પણ કેવી રીતે જાણીએ કે, આ કર્યાથી પાણી વહી જશે, અને આ કર્યાથી પાણી નહિ વહી જાય ?

સમજી—એ જાણવું મુશ્કેલ નથી. ‘પ્રસવની પહેલી અવસ્થામાં દાયણુ જો પ્રસૂતિને કરાંઝવાનું ન કહે અને અંદર હાથ મૂકીને જોવા જતાં પરપોટાને વગાડીને બૂલથી તે ફાડી ન નાખે તો પછી કવખતે પાણી વહે જ નહિ. સમય આવતાં જ આપોઆપ પાણી વહે.

માણેક—સારી વાત કહી. દાયણુ સાવધાન થઈને એટલે કે સાવચેત રહીને પરપોટાને જાળવી રાખવાની તજવીજ કરે, તો પછી તે ફૂટી ન જાય અને પાણી પણ ન વહી જાય. દાયણુને સારા માઠાની સમજણ નહિ હોવાથી જ આપણી પ્રસૂતિઓને આટલું દુઃખ પામવું પડે છે.

સમજી—વળી જુઓ, પ્રસૂતિને જણાવવા જતાં હાથના નખ ઉતારી નાંખવાની ખાસ જરૂર છે, તે પણ આ ઉપરથી સ્પષ્ટ જાણી શકાય છે.

માણેક—અરે ! બહુ સારી વાત યાદ કરાવી. હાથનો નખ વાગવાથી પણ પરપોટો ફૂટી જાય. હીક. પણ જરાયુનું મોંઠું ખુલ્લું થતાં ઘણીવાર લાગે, તો પણ શું દાયણુ કાંઈ કરવું નહિ ?

સમજી—કાંઈ ઉપાય કર્યા વગર ચાલે કેમ ? જરૂર તેનો કાંઈ ઉપાય શોધવો તો જોઈએ જ.

માણિક—શો ઉપાય ?

સમજી—તે કહું છું. પ્રસૂતિને વારે વારે ખાલી ઓઢકારીઓ ઉપડી આવે, એવો કોઈ ઉપાય કરવો.

માણિક—કેમ, તેમ કર્યાથી શું થાય ?

સમજી—જરાયુનું મ્હોં તે ખુલ્લું કરી દે છે.

માણિક—એમ ?

સમજી—હા, સાચી વાત છે.

માણિક—ત્યારે એ તો સરળ ઉપાય કહેવાય ?

સમજી—હા,

માણિક—ઠીક, ત્યારે અમારી દાયણો પ્રસૂતિના સુખમાં તેના માથાનાં વાળ ઘાલીને અથવા પીછું કે હાથનાં આંગળાં તેના ગળામાં ભેરવીને ઓઢકાર, ઓ ઓ કરાવે છે, તે પણ શું એને જ માટે કે ?

સમજી—ઓર જલદી ન પડે તો તેઓ એમ કરીને પ્રસૂતિને ઓઢકાર ખરાવે છે ખરી; પણ તેઓ જાણતી નથી કે, જરાયુનું મ્હોં જલદી ન ખુલે તો એમ કરવું જોઈએ. પ્રસવની “બીજી અવસ્થામાં” કે “ત્રીજી અવસ્થામાં” એ પ્રમાણે કર્યાથી કાંઈ પણ ફાયદો ન થાય. ફાયદામાં ફક્ત પ્રસૂતિ ઉલટી નકામી કળાજે પડી જાય.

માણિક—જરાયુનું મ્હોં જો જલદી ખુલે નહિ, તો

અમે પ્રસૂતિના સુખમાં તેના માથાનાં વાળ ઘાલીને વારે વારે તેને બકારીઓ ખવરાવી શકીએ કે ?

સમજી—હા, બહુ સારી રીતે તેમ કરી શકો.

માણેક—એથી ક્યાંદો થાય ખરોતે ?

સમજી—હા, જરૂર. વળી જુઓ, કોઈ કોઈ પ્રસૂતિ પ્રસવની “પહેલી અવસ્થામાં” પોતાની મેળે જ બકારીઓ ખાધા કરે છે. કાંઈ પણ કરવું પડતું નથી. એવી બકારીથી કાંઈ ભય નથી તે તો સમજાયું છે ને ? હવે ઘણો ક્યાંદો છે.

માણેક—હા, બરાબર સમજી. એથી જરાયુનું મ્હોં જલદી ખુલે.

સમજી—વળી પ્રસવની “પહેલી અવસ્થામાં” પ્રસૂતિને વચ્ચે વચ્ચે થોડું થોડું ગરમ દૂધ પીવા આપવું સારું છે. એથી ખોરાક અને આસડ ખાંનેની ગરજ સરે છે. સમજ્યા કે ?

માણેક—ખાંને કેવી રીતે ? ખોરાકનું કામ થાય, તે તો સમજાય છે.

સમજી—ગરમ દૂધ પીધાથી જરાયુનું મ્હોં જલદી ખુલે છે.

માણેક—શું કહો છો ? ત્યારે તો એ બહુ સારી સગવડ. અમારી દાયણા એમ કેમ નથી કરતી ?

સમજી—તેઓ જાણતી હોય તો કરે ને ? તો પણ કોઈ કોઈ પ્રસૂતિને ચમચા વતી ગરમ દૂધ પીતાં જોઈ છે. પરંતુ તે કાંઈ પ્રસવની અવસ્થાનો વિચાર કરી તેમને

આપવામાં આવતું નથી. પાણી વહ્યા પહેલાંય આપે છે, અને પછી પણ આપે છે. પણ પાણી વહ્યા પછી એટલે પ્રસવની બીજી અવસ્થામાં ગરમ દૂધ પાયાથી નુકસાન કે કાયદો નથી. વળી પીડ થાય છે એટલે તમે અને તમારી દાયણ પ્રસૂતિને રીતસર ખાવા પીવા આપતાં નથી. એ પીડા જે બે દિવસ રહે તો ત્યાં સુધી તેને બિચારીને લગલગ ઉપવાસીની જેમ રાખે છે. ગમે તેમ હોય, પણ એ તો તમારો ભારે અન્યાય છે. તમે લોકો એમને ખાવા પીવા આપ્યા વગર જ અધમૂર્છ કરી દો છો. આ સાઈં નથી. એની પાછળ માત્ર તમાઈ અજ્ઞાન જ છે.

**માણેક**—વળી તમે જે કહી સંભળાવ્યું તે સુઝળ તો તેમનો કશોય અન્યાય નથી.

**સમજી**—તો પણ ખાવા ન આપવું એ તો તેમનો ભારે અન્યાય છે એથી પ્રસૂતિ છેક પરવશ જેવી થઈ પડે છે. એક તો પ્રસવની પીડા, અને તેમાં પાછું ખાવાનું નહિ—એટલે આપડી જીવતી જ મરી જાય.

**માણેક**—પણ જેને જલદી પ્રસવ થાય, તેને તો ખાવા આપવાની કાંઈ દરકાર નથી ને ?

**સમજી**—તેમાં વળી ભૂલ શી ? પણ જે પ્રસૂતિ એક દિવસ, દોઢ દિવસ, કે બે દિવસ પીડા પામીને પ્રસવ કરે, તેને માટે શો બંદોબસ્ત કરવો ? તેને ઉપવાસી રાખવી ? તેને ભૂખે મારવી ?

માણેક—ના, એમ તો કેમ થાય ? કંઈક ખાવા પીવાનું આપવું જોઈએ. એમ ન થાય તો તે મરી જ જાય.

સમજી—હું તે જ કહું છું ને ? ઠીક, પણ શું ખાવા આપો ?

માણેક—તે તો હું કાંઈ કહી શકું નહિ. ફક્ત એટલું કહી શકાય કે કંઈક ખવરાવવું પીવરાવવું જોઈએ.

સમજી—હલકો ખોરાક આપવો જોઈએ.

માણેક—હલકો એટલે કેવો ?

સમજી—દૂધ, સાબુચોખાની કાંજી, આરાડટ, એને હલકો ખોરાક કહે છે, કેમકે તે સહેજમાં પચી જાય છે; પેટમાં કશો ભાર ખાર થતો નથી. તે છતાં ભૂખ પણ લાગે અને શરીરમાં ખળ પણ આવે છે.

માણેક—ત્યારે ખીજી શું જોઈએ ? એનાથી વધતી ખીજી શી સગવડ થઈ શકે ? પ્રસવને વખતે પ્રસૂતિને સાડા એ તો જેવો જોઈએ તેવો ખોરાક કહી શકાય.

સમજી—પરંતુ એમાં એકવાત પાછી યાદરાખવાની છે.

માણેક—એ વળી કઈ વાત ?

સમજી—પ્રસવની “પહેલી અવસ્થામાં” પ્રસૂતિને જે ખોરાક આપવો તે ગરમ ગરમ આપવો જોઈએ. શા માટે, તે તો હું પહેલેથી જ સમજાવી ગઈ છું.

માણેક—હા, ગરમ ચીજ ખાધાથી જરાયુનું મ્હોં જલતી ખુલે એમ તમે કહ્યું હતું, ખરું ? વાડ. ત્યારે “ખીજી અવસ્થામાં” કેવો ખોરાક આપવો ?

સમજી—એ અવસ્થામાં ઠંડી વસ્તુ ખાવાને આપવી.  
ગરમ ચીજ ખવરાવવી હિતાવહ નથી.

માણેક—ઠંડી વસ્તુ એટલે ? ઠંડું દુધ અને ઠંડું  
પાણી એવાં ગણાય ?

સમજી—હા. તે ઠંડા જ ગણાય.

માણેક—ઠંડી ચીજ ખવરાવ્યાનો ફાયદો શો ? અને  
ગરમ ચીજ ખાવા આખ્યાથી નુકસાન શું થતું હશે ?

સમજી—‘ખીજી અવસ્થામાં’ ગરમ વસ્તુ આખ્યાથી  
છોકડું અવતર્યા બાદ લોહી વહે તેટલા માટે તે અવસ્થામાં  
ગરમ વસ્તુ ખવરાવવાની મના છે. ઉપરાંત ઠંડી વસ્તુ પેટમાં  
ગયાથી પીડા જલદી થઈ આવે છે.

માણેક—શું કહો છો ? ખવરાવ્યાના ફેરફારથી એટલું  
બધું થઈ આવે ?

સમજી—હાસ્તો.

માણેક—ત્યારે તો એ બધા દુચકા જાણી રાખવા  
સારાં છે.

સમજી—એમાં વળી પ્રશ્ન જ શો ? પરન્તુ અફસોસ  
એ કે આપણી દાયણો એમાંનું કંઈજ જાણતી નથી. અને  
જાણે પણ કેવી રીતે ? એ બધું તેમને શીખવ્યા વગર કાંઈ  
તેઓ શીખી શકે જ નહિ.

માણેક—પ્રસવ થવાનો હોય તે સમયે પ્રસૂતિ  
તરસને લીધે પાણી-પાણી કર્યા કરે છે. આવે વખતે તેને  
ઠંડું પાણી આપવું એ સાઈ છે ને ?

સમજી—પ્રસવની ખીજી અવસ્થામાં જ એ સાઈ છે,

તે વખતે ઠંડુ પાણી કે ઠંડુ દૂધ તેને બેઘડક આપી શકાય. પણ 'પ્રથમ અવસ્થા'માં તો જો એ પાણી માગે તો તેને ગરમ દૂધ જ પીવાને માટે આપવું. કારણ, એથી તરસ મટી જશે અને શક્તિ પણ આવશે.

માણેક—હા. ઠીક સમજાયું. હવે વધુ પૂછવું પડે એમ નથી. હવે 'ત્રીજી અવસ્થામાં' શું કરવું તે સમજવો?

સમજુ—ત્રીજી અવસ્થામાં બીજી અવસ્થાના જેવી જ વસ્તુઓ ખાવાપીવામાં આપવી. એમાં કંઈ જ તફાવત નથી. ગરમ વસ્તુ ન આપવી. એ ખાસ જોવું. પછી તે દૂધ હોય કે પાણી. ઠંડી જ વસ્તુઓ આપવી.

સમજુ—'બીજી અવસ્થા'ના જેવી જ. એમાં કશો તફાવત નથી, ગરમ ચીજ ખાવા પીવા આપવી ન જોઈએ. પછી તે દૂધ હોય, કે પાણી હોય, કે ગમે તે હોય. નહિ તો લોહી વહી શકે.

માણેક—ત્યારે તો એમ જ કહોને, કે પ્રસવની 'બીજી અવસ્થામાં' અને ત્રીજી અવસ્થામાં' પ્રસૂતિને જે કંઈ ખાવા-પીવાનું આપવામાં આવે, તે બધુંએ ઠંડુ હોવું જોઈએ.

સમજુ—હા, એ વાત બરાબર ધ્યાનમાં રાખવી અગત્યની છે.



પ્રકરણ ૭ મું.

## પ્રસવની બીજી અવસ્થા

બાળક અવતર્યા પછી તેના શ્વાસ રૂંધાય તો તેના ઘસાજો.

માણેકે—વારૂ, હવે જીવો. મણીને પ્રસવની કઈ અવસ્થા છે.

સમજી—( તપાસ કરી જોઈને ) ‘ પહેલી અવસ્થા ’ પૂરી થઈ જઈને લગભગ ‘ બીજી અવસ્થા ’ થઈ છે. જરાયુનું મોં સારી રીતે ઉઘડેલું જણાય છે.

માણેકે—તો હવે શું કરવું ?

સમજી—હવે એને સુવાવડના ચોરડામાં લઈ જઈને સુવાડો. હવે ખેસવું કે ઉભા રહેવું એને માટે યોગ્ય નથી.

માણેકે—કારણ ?

સમજી—હવે છોડઈ આરવાને બહુ વાર નથી.

માણેકે—શું કહો છો ? મણી ! ત્યારે જા બહેન ચોરડામાં ખાટલો પાથરી મૂક્યો છે, તેમાં સૂઈ જા.

મણી—( પીડાતી પીડાતી ) આ ચાલી. ( એને મણી સુવાવડનાં ચોરડાનાં જઈને સૂઈ જાય છે. )

સમજી—( ચોરડાની અંદર જઈ ને મણીને ) ડાબે પડખે સૂઈ રહેવું જોઈએ, બહેન.

માણેકે—એમ ન સૂવે તો નહિ ચાલે.

સમજી—‘ પહેલી અવસ્થા ’ ગયા પછી, સૂઈ રહીને પીડા અથવા વેણે બમવી એ જ સાઈ છે. કેમકે, બીજી

અવસ્થામાં ઉભા રહીને કે બેસીને વેણો ખમ્યાથી, છોકરાનું માથું જો જોરજોર નીચું આવી જાય, તો એકદમ લોચ સાથે અથડાઈને તે બિચાઈ માથું જાય.

માણેક—ઓ મા ! કેવો ગજબ ! ત્યારે તો એને સૂવાડીજ રાખો ભાઈ !

સમજુ—તમારી દાયણો છોકરીઓને બહુ દુઃખ દે છે. છોકરાનું માથું બહાર આવવાનો વખત થતાં જ, પ્રસૂતિને કહે છે કે, ‘ભાઈને’ ભાઈ થઈને (અદ્ધર) બેસ અને બેસીને સારી પેઠે કરાંજ. મેં કોઈ કોઈ પ્રસૂતિને એમ બોલતાં સાંભળી છે કે, ‘ઓ દાયણ મા, તમને પગે લાથું છું, મને જરા સૂવા દો.’ તો પણ દાયણ તેને સૂવા દેતી નથી. તેઓ એમ માને છે કે, પ્રસૂતિ સૂઈ રહ્યાથી, અને નહિ પીડાવાથી પ્રસવ થઈ શકે નહિ, પણ એ તેમની મોટી ભૂલ છે. એથી કંઈ જ ફાયદો નથી માત્ર પ્રસૂતિને નકામું દુઃખ દેવામાં આવે છે, એટલું જ. તે વખતે પ્રસૂતિ સૂવા પામે તો તેમની પીડા સહેજ ઓછી પણ થાય છે અને તેમને સારો જેવો આરામ પણ મળે છે.

માણેક—એ વાત ખરી કહી. આ જુઓ, પરપોટો ફૂટ્યો જણાય છે.

સમજુ—હા, હવે ખૂબ સાવચેતી રાખો અને મણીને ઠીક કરીને ડાબે પડખે સૂવો. તથા એના બે ઢીંચણોની વચ્ચે એક મોટું ઓશીકું મુકો.

માણેક—ઠીક. પણ અમારી દાયણો તો પ્રસૂતિને ચત્તી સૂવાડીનેજ પ્રસવ કરાવે છે.

સમજી—હા, એમ કરે છે ખરી. પણ પ્રસૂતિને ચત્તી સૂવાડીને પ્રસવ કરાવવો એ સાઈ નથી.

માણેક—કેમ વાડું ! એમાં શો દોષ છે ?

સમજી—પ્રસૂતિને ચત્તી સૂવાડીને પ્રસવ કરાવ્યાથી પ્રસવના દ્વારથી ઝાડાના દ્વાર સુધી ચીરાઈ જવાનો ભય ઘણો રહે છે.

માણેક—ઓ મા ! ત્યારે તો ચત્તી સૂવાડી કરે તો પણ તેને એમ ચત્તી સૂવા દેવી નહિ.

સમજી—એ તો તમારે મને કાંઈ કહેવું પડે એમ નથી.

માણેક—પણ બહેન ! પ્રસૂતિ ચત્તી સૂઈને પ્રસવ કરે, તેથી એવો ભય ઘણો રહેતો હશે તે શાથી ?

સમજી—તે તમે ન સમજી શક્યાં ? છોકરાને માથું બહાર આવવાને વખતે પ્રસૂતિ ચત્તી સૂવાથી, તેના પ્રસવના દ્વારના નીચલા ભાગ ઉપર ઘણો ધક્કો લાગીને મોટો ચીરો પડે. છોકરાના માથાનો બધો ભાર એ જગા ઉપરજ પડે ને ?

માણેક—હા. એ વાત તો ખરી ચત્તી સૂતાથી એ જગ્યા ઘણી ચીરાઈ જાય જ તો. હવે મને બરાબર સમજ પડી.

સમજી—છોકરાનું માથું બહાર આવવાને વખતે પ્રસૂતિને ડાબે પડખે સૂવાડવી, એના બન્ને ઘુંટણો પેટના તરફ ખેંચી લેવાને કહેવું, આ બંને ઘુંટણ વચ્ચે એશીકું મૂકવું,—બધું બરાબર કરવાને કઠી ભૂતવું નહિ.

માણેક—એમ તે કદી બને ? જે જે વાત તમે કહી સંભળાવો છો, તે પ્રમાણે કરવાનું ક્યારે પણ જૂલું ખરી કે ? એમ કહે તો પછી આટલી માથાફાટ કરી કરાવીને શીખું શું કરવાને ? પણ બહેન ? ઘુંટણોની વચ્ચે ઓશીકું મૂકવાનું કારણ શું હશે ?

સમજી—હવે છોકરાનું માથું બહાર આવવાનો સમય થયો છે તેથી ઘુંટણોની વચ્ચે ઓશીકું મૂકીને બે સાથ-જોને થોડી થોડી દૂર કરી દીધા વગર કેમ ચાલે ? ઘુંટણોની વચ્ચે ઓશીકું મૂકીને સાથજો એ પ્રમાણે દૂર રખાવ્યાથી છોકરાનું માથું બહાર આવવાને સારી સગવડ અને સુગમતા પામે છે. એથી સુત્રાવડી સ્ત્રીના સાથજોની અંદર છોકરાનું માથું દબાતું કે કચરાતું નથી અને તેને ચોતાને પણ આરામ જેવું જણાય છે.

માણેક—ઠીક ત્યારે આ ઓશીકું મૂકું છું. એમ કહીને મણીના બે ઘુંટણો જરા દૂર કરી વચ્ચે એ ઓશીકું મૂકે છે.

મણી—ઓ, મા ! પેટુ ચીરાઈ જાય છે !

સમજી—એના પેટુ ઉપર જરા દાબીને હાથ ફેરવોને ?

માણેક—હા, બા, ઠીક લાગે છે. પણ ઓ બાપરે ! મારી સાથજોમાં અને પગની ફેંચોમાં જાણે ખીસા જેવું ખૂંચે છે.

સમજી—(માણેકને) એવી જ રીતે પાછો એની સાથજો ઉપર અને પગ ઉપર જરા દાબી દાબીને હાથ ફેરવો.

માણેક—ફેરવું છું. પણ બહેન! મણી લવારો કેમ કરે છે? શું કાંઈ લય તો નથીને?

સમજી—ભય વળી કેવો? છોકરાનું માથું આવવાને વખતે ઘણી પ્રસૂતિઓ લવરી કરે છે. હાથ પગ પછાડે છે, જોર કરે છે, અને જાણે ગાંડી થઈ ગઈ હોય, તેવા ચાળા કરે છે. પણ એથી કશો લય નથી. ઉલટું એમ થયાથી ખુશી થવું જોઈએ.

માણેક—કેમ વારું?

સમજી—કેમ, તે કહું છું. પ્રસૂતિને એવી રીતે કરતી જોતાં જ એમ સમજવું કે, છોકરાનું માથું બહાર આવવાને હવે વધારે વાર નથી.

માણેક—શું કહો છો? ત્યારે તો જોયા જણ્યા વગર જ એવી સારી વાતને ખરાબ માનવામાં અમે ચોક્કસ ભૂલ જ કરીએ છીએ. પણ ઠીક બહેન! મણીને ઝાડા થઈ જાય છે તેનું કારણ શું? શું બેભાનમાં એમ થઈ જતું હશે? એનાથી કાંઈ હરકત કે લય જેવું તો નથી ને?

સમજી—એમાં લય શેનો? ઘણી પ્રસૂતિઓને એમ થાય છે. છોકરાનું માથું બહાર આવવાને સમયે દબાણ થયાથી પ્રસૂતિને ઘણું ખરું ઝાડો થઈ જાય છે.

માણેક—ઠીક, ત્યારે તો એ પણ એક જાણી રાખવા જેવી વાત છે. પણ સમજીબહેન! જુઓ તો ખરા છોકરાનું માથું દેખાય છે કે શું?

સમજી—દેખાશે જ તો. હવે માથું આવવાનો વખત થયો છે.

માણેક—તો હવે શું કરીએ?

સમજી—તે કહું છું. જીવો, છોકરાનું માથું આવે છે તેથી પ્રસવના દ્વારનો નીચલો ભાગ થોડો થોડો ધકેલાય છે, તે દેખાય છે ને?

માણેક—હા, તે તો બરાબર દેખી શકાય છે.

સમજી—ત્યારે તમે એ ઠેકાણે તમારો જમણો હાથ મૂકી દર્દને ગુપચૂપ બેસી રહો. બહુ ભાર દર્દને દબાવશે નહિ. ફક્ત ત્યાં આગળ જરા હાથ મૂકી રાખવો.

માણેક—એક વાર તમે મૂકી બતાવો ને?

સમજી—જીઓ, આમ હાથ મૂકવો જોઈએ.

માણેક—બહુ સારું, હવે બરાબર સમજાયું. હું એ જ પ્રમાણે એ ઠેકાણે હાથ મૂકી રાખીશ. પણ બહેન! એવી રીતે એ ઠેકાણે હાથ મૂકી રાખ્યાથી શું થતું હશે?

સમજી—એ ઠેકાણે એવી રીતે હાથ મૂકી રાખવામાં ન આવે તો પ્રસવના દ્વારથી ઝાડાના દ્વાર સુધીની ચામડી ચીરાઈ જાય.

માણેક—ઓ! પણ એમ શાથી થતું હશે?

સમજી—છોકરાનું માથું જોરથી ધક્કો મારીને આવે તો એ ભાગ ચીરાઈ જાય છે. ત્યાં માંસ અને ચામડી સિવાય તો બીજું શું હોય?

માણિક—તમારી વાત ખરી છે. પણ આવું બને છે એ તો મેં જાણ્યું નથી.

સમજી—જાણો તે કઈ રીતે? કદી પણ જોયું નથી કે જાણ્યું પણ નથી. વળી એવો બનાવ ઘણું કરીને પહેલી-વારની પ્રસૂતિને જ બને છે.

માણિક—એમ ! તો હવે શું થશે ? મણીને પણ આ પહેલીવારની જ પ્રસૂતિ છે ને ?

સમજી—એ માટે જ કહું છું કેની, કે જમણો હાથ એ ઠેકાણે એવી રીતે મૂકી રાખો. એમ કર્યા પછી ચિન્તા રાખવાનું કામ નથી.

માણિક—ફક્ત એ ઠેકાણે જ એવી રીતે હાથ મૂકી રાખ્યાથી ચાલશે ખરું ને ?

સમજી—હા, કેમ નહિ ? બહુ દબાવવાની કે જોર બોર કરવાની દર્શી જરૂર નથી. ફક્ત સહેજ જરા દબાવી રાખો. વધારે દબાવ્યાથી ઉલટું ઊંધું થશે.

માણિક—ઊંધું તે કેવી રીતે ?

સમજી—ઊંધું થશે એમ કહું છું તે એટલા માટે કે, વધારે દબાવ્યાથી, જે અટકાવવાને જાણ્યો છો, તે જ પહેલું થાય.

માણિક—શું કહો છો ? ત્યારે તો એ ઊંધું ખરું જ. હીક ત્યારે તો તમે જેમ કહ્યું તેમ જ કરું છું. એમાં કશો ફરક પડવા નહિ દઉં.

સમજી—એક વાર તમને કહી સમજાવ્યું એટલે પછી તમારા હાથે તેથી ઉલટું ક્યારેય થાય ખરું ?

માણેક—હીક, પહેલીવારની પ્રસૂતિને જ એમ થાય તેનું કારણ શું ?

સમજી—તે પણ તમે સમજી શકતાં નથી ? એનું શરીર આખું સાનું ઘસારા વગરનું સખત હોવાથી જલદી મોકળું અથવા ઢીલું થાય તેથી જ છોકરાનું માથું બહાર આવતી વખતે વધારે દબાણ થયાથી એ જગ્યા ફાટી કે ચીરાઈ જાય છે. એક વખત જેને વગર હરકતે પ્રસવ થયેલો છે, તેને પછી એવો માઠો બનાવ બનવાનો ઘણો ભય રહેતો નથી. કેમ હવે સમજાયું ?

માણેક—હા, હવે બરાબર સમજણ પડી. એકવાર છોકરું થઈને જેની ચીરાવાની કુમળી જગ્યા સારી રીતે ખુલ્લી થઈ ગયેલી છે તે બીજી પ્રસૂતી વખતે ફાટે કે ચીરાય તેવો સંભવ રહેલો નથી એ હવે બરાબર સમજી શકાય છે.

સમજી—પણ એમાં એક સમજવા જેવું છે. જે સ્ત્રીઓને એક વરસે, બે વરસે, કે ત્રણ વરસને આંતરે છોકરું થાય છે, તેના સંબંધમાં એ જહીક બહુ રહેલી નથી, એ સાધારણ રીતે સમજી રાખવું. પરંતુ જેમને આઠ દશ વરસ પછી પાછું છોકરું થાય છે તેને માટે પહેલી વારની પ્રસૂતિના જેટલી જ સાવચેતી રાખવી જોઈએ.

માણેક—તે તો રાખવી જોઈએ. ઘણા વખત સુધી છોકરું નહિ થયાથી પ્રસૂતિનું શરીર જેવું ને તેવું નરમ અથવા ખુલ્લું ન જ રહે, તેથી સાવચેત રહેવું જ જોઈએ.



સમજી—વાહ ! બરાબર સમજ્યાં.

માણેક—આ જુઓ, છોકરાનું માથું બરાબર દેખાય છે. અને એ ઠેકાણે ખૂબ ધક્કો લાગે છે.

સમજી—હા, છોકરાનું માથું બહાર આવે છે. તમે તમારા જમણા હાથ એ ઠેકાણે બરાબર મૂકી રાખો.

માણેક—હીક, ક્યાં સુધી હાથ ત્યાં આગળ મૂકી રાખવો જોઈએ ?

સમજી—છોકરાની ગરદન બહાર આવે નહિ, ત્યાં સુધી હાથને ત્યાં આગળથી ઉપાડવાનો નથી.

માણેક—સાર.

સમજી—આ જુઓ, છોકરાનું માથું બહાર આવ્યું છે. એના ગળે એક વાર હાથ ફેરવીને જુવો જોઈએ.

માણેક—કેમ ? છોકરાને ગળે હાથ ફેરવીને શું બેવાનું છે ?

સમજી—નાળ ગળે વીંટાયલો છે કે નહિ, તે જોવું જરૂરનું છે.

માણેક—એ વળી શું ? નાળ ગળે વીંટાઈ રહેતો હશે ખરો ?

સમજી—હા, કેટલાંક છોકરાંને ગળે નાળ વીંટાઈ રહેલો બેયો છે.

માણેક—વારૂ, એમ ગળે નાળ વીંટાઈ રહ્યો હોય તેથી કાંઈ વુકસાન તો નહિ ને ?

સમજી—છોકરું જ્યાં સુધી પેટમાં રહે ત્યાં સુધી તો કાંઈ નુકસાન નહિ. પણ તે અવતર્યા પછી જો તેના ગળામાંથી નાળનો એ ફાંસો જલદી ખોલી નાંખવામાં ન આવે, તો તે છોકરું માર્યું જાય.

માણેક—એમ કે? ત્યારે તો જરા જુઓને બહિન, આના ગળામાં નાળ વીંટાયેલો છે કે નહિ?

સમજી—ના નથી, કાંઈ ફિકર જેવું નથી.

માણેક—પણ જો હોત, તો તમે શું કરત?

સમજી—કેમ? એમાં વળી ભારે શું છે? નાળની અંદરથી માથું બહાર કાઢીને તે છોડવી દેત.

માણેક—ત્યારે તો સહેલું કહેવાય.

સમજી—હા, સહેલું તો કહેવાય. પરંતુ નાળના આંટાને સાવચેતી રાખીને છોડવો જોઈએ. જો કદાચ નાળ તૂટી જાય તો સાઈ કરવા જતાં માહું થઈ જાય છે.

માણેક—હા, એ પણ ખરું. પ્રસૂતિને પ્રસવ કરાવવાના કામમાં કાંઈ ઉતાવળ કરવી ચાલે નહિ. ધીરથી કર્યાથી જ સારું થાય છે.

સમજી—ત્યારે હવે જણ્યુંને કે ઘણાં છોકરાંના ગળામાં નાળ વીંટાયેલો હોય છે; અને એથી કાંઈ લય જેવું નથી. માત્ર જરા સાવચેતી રાખીને છોકરાનું માથું તે નાળના ગળાની અંદરથી કાઢી તેનો આંટો છોડવો જોઈએ, એટલે અડચણ ગઈ જાય.

માણેક—હવે બરાબર સમજાયું. ઠીક, ત્યારે છોકરાનું માથું બહાર આવતાં જ તેના ગળે હાથ ફેરવીને જોડું જોઈએ કેમ ખડેને ? જો નાળ વીંટાયેલો હોય, તો તરતજ માથું અંદરથી કાઢીને આંટો છોડવી દેવો એટલે કંઈ જ બચ રહે નહિ.

સમજી—હા, તે જોડું જોઈએ. અને મેં પણ તેટલા માટે જ આ છોકરાના ગળે હાથ ફેરવી જોયો.

માણેક—છોકરાના ગળામાં એવા કેટલા આંટા હોય છે ?

સમજી—એ નક્કી નથી. બે, ત્રણ, કે પાંચ પણ હોય, અને વખતે એથી પણ વધારે હોઈ શકે.

માણેક—જો પાંચ-સાત કે વધુ આંટા હોય, તો તો એક-એક કરીને માથું તેમાંથી કાઢીને છોડવતાં ઘણી વાર લાગે.

સમજી—હા, લાગે જ તો. પરંતુ એટલી બધી ઢીલ કરવી ન જોઈએ. ( જેમ અને તેમ જલદી છોડવી નાંખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. ) ધીમે ધીમે કરીને વાર લગાડયાથી જો મોડું થાય તો છોડે મરી જાય.

માણેક—ત્યારે શું કરવું ?

સમજી—કાતર વડે એ નાળના આંટાને કાપી નાંખવા. પણ કાપતાં પહેલાં છોકરાના નાળ (ડુંટી) ના તરફ એક બંધ, અને પ્રસૂતિના તરફના નાળ ઉપર એક બંધ બાંધી દેવો. એવી રીતે બંને તરફ બંધ બાંધીને કાપ્યાથી નાળ-

માંથી લોહી નીકળે તેને લીધે પ્રસૂતિ કે છોકરાં કાઢને પણ નુકસાન થવાનો સંભવ નથી. એથી બધી તરફનો બચાવ થાય છે.

માણેક—હા, એ ઉપાય તો બહુ સારો છે. પણ અમારી દાયણે! એ સંબંધી કંઈ જાણતી હોય એમ મને લાગતું નથી.

સમજી—તેઓ શી રીતે જાણે? કોઈના કહી બતાવ્યા વગર પોતાની મેળે જ તેઓ કેવી રીતે શીખી શકે? ખરું કહીએ તો તેમને આવું જ્ઞાન જ હોતું નથી.

માણેક—તદ્દન ખરું કહ્યું. પણ એ શુભ દિવસ ક્યારે આવશે કે આપણા દેશની દાયણે! અને બધી સ્ત્રીઓ આ બધું જાણશે? આવું જો થાય તો કેટલો બધો લાભ થાય! પણ બહેન! આ છોકરાનું માથું આટલેથી જ બહાર આવીને કેમ અટકી ગયું. એથી વધારે આગળ કેમ નથી આવતું?

સમજી—આવશે. ઉતાવળ કરવાનું આ કામ નથી. છોકરાનું માથું આવીને શરીર આવતાં થોડી વાર લાગે તો કંઈ ગભરાવાનું નથી.

માણેક—ઠીક, ત્યારે માથું અલીને ખેંચાથી શું છોકરું બહાર આવે નહિ?

સમજી—અરે સત્યાનાશ જ તો! એવી વાત બોલશે નહિ. એમ થયાથી શું બચવાનું ખરું કે? છોકરું તરત જ મારું જાય.

માણિક—શું કહો છો? કેવી રીતે માર્યું જાય?

સમજી—ઘડ અથવા ગરદનના ઉપર જે હાડકું છે, તે હાડકાંની અંદર એક નસ છે. તે નસ તણાતાં વેંત જ છોકરું મરી જાય, પછી, કંઈ કરવા—કારવવાનું રહે શેનું? છોકરાનું માથું પકડીને ખેંચ્યાથી એ નસ તણાય, તે તો સમજી શકાય છે ને?

માણિક—હા, એ તો ખરું. ત્યારે અમારી હાયણો કેવું કાચું કાપે છે? તેઓ તો માથું ગાલી ખેંચીને ઘણાં છોકરાને મારી નાંખે છે.

સમજી—શું કર્યાથી શું થાય તે નહિ જાણ્યાથી એવી રીતે તેઓ મારી નાંખે એમાં નવાઈ શી? પરંતુ એમાં તેમને દોષ આપી શકાય નહિ. કારણ તેઓ જાણતી નથી એટલે એમ કરે છે. નહિ તો છોકરાં મારી નાંખવાનો કાંઈ તેમને હેતુ ન હોય.

માણિક—ખરું કહો છો. ઠીક, છોકરાનું માથું પકડીને ક્યારેય પણ તાણવું નહિ એમ તમે કહો છો, પરંતુ માથું આંખ્યા પછી જો બાકીનું શરીર આવતાં વધારે વાર લાગે, તો પણ શું કાંઈ ઉપાય ન કરવો?

સમજી—ઉપાય તો અવશ્ય કરવો. નહિ તો છોકરું મરી જાય.

માણિક—કયો ઉપાય?

સમજી—તે કહું છું. છોકરાનું માથું આવીને જરા-વાર પછી જો પીડા આવે તો તો કાંઈ કરવું પડશે નહિ.

એની મેળે જ છોકરું અવતરશે. પરંતુ જો તેમ ન થાય, માથું આવ્યા પછી જો પીડા બંધ પડી જાય, તો જ જાણવું કે છોકરું આવતાં વાર લાગી. આવું લાગે ત્યારે જો પ્રસૂતિને જલદી છૂટાછેડા થઈ જાય એવો કેઈ ઉપાય કરવામાં ન આવે, તો છોકરું મરી જાય.

માણેક—તે ઉપાય શે, તે તો કહો ?

સમજી—છોકરાનું માથું આવીને પ્રસૂતિની પીડા બંધ પડી જાય તો તેના પેટ ઉપર સારી રીતે હાથ ફેરવવો. એમ હાથ ફેરવતાં ફેરવતાં પીડા થવા માંડશે. અને પીડા થયેથી છોકરું થતાં ઢીલ થશે નહિ.

માણેક—ઠીક, આ એક કહા તો જાણી લીધી, પણ માત્ર હાથ ફેરવ્યાથી જો પીડા થઈ આવે નહિ, તો પછી શું કરવું ?

સમજી—તેનો પણ ઉપાય છે. સાંભળો. એક સ્ત્રીને પ્રસૂતિનું પેટ હાથ દઈ ખૂબ દાબી રાખવાને કહેવું. અને હાથે છોકરાની ગરદન ઉપર એક હાથ દઈને અને બીજા હાથની એક કે બે આંગળીઓ તેની બગલમાં ઘાલીને, અથવા તો છોકરાની બંને બગલોમાં બંને હાથની બન્ને આંગળીઓ નાખીને, ધીમે ધીમે ખેંચીને બહાર કાઢવું. એથી છોકરાને કે પ્રસૂતિને કેઈને પણ દુઃખ થશે નહિ. વળી એ પણ જાણવું કે એ રીતે બહાર ખેંચી કાઢ્યાથી છોકરાની ગરદન ઉપર જરા પણ તાણ પડશે નહિ.

માણુક—યુક્તિ કરીને છોકરાને ખેંચીને બહાર કાઢે એમ કહ્યું તે તો ઠીક છે, પણ પ્રસૂતિના પેટ ઉપર ભાર દેવાનું કારણ શું ?

સમજી—પેટ દબાવ્યા વગર એકદમ છોકરાને તાણીને બહાર કાઢવામાં આવે તો ઘણું લોહો નીકળવાનો સંભવ છે અને કદાચ તેનાથી પ્રસૂતિ મરી પણ જાય. આ માટે જ પેટ ઉપર દબાણ લાવવું જરૂરી છે.

માણુક—એમ ? ત્યારે તે છોકરાને ખેંચીને બહાર કાઢવું એ બહુ ભયભરેલું છે. એટલે બની શકે ત્યાં સુધી તો છોકરાને ખેંચીને કાઢવું જ ન જોઈએ.

સમજી—હા. ન જ ખેંચવું જોઈએ. એમ છતાં કદાપિ ખરેખરી જરૂર જ હોય, તો પેટ ઉપર દબાવ્યા વિના કદી પણ બહાર કાઢવું નહિ, એ વાત બધાએ ખરાબર ધ્યાનમાં રાખવી અગત્યની છે.

માણુક—અરે જીવો, જીવો. આપણે વાતો કરીએ છીએ તેટલામાં તો છોકરાની ગરદન નીકળી આવી દેખાય છે.

સમજી—હા મેં તો કહ્યું જ છે કે, છોકરાનું માથું બહાર આવ્યા પછી થોડી જ વારમાં ગરદન, છાતી, પેટ, એ બધા એક પછી એક આવશે. તમે તમારો જમણો હાથ હજી એ ઠેકાણે રાખી રહેજો. અને ડાબા હાથથી મણીના પેટને દાબીને પકડો. હું અહીં છોકરું જે નીકળે છે તેવું જ એ હાથ વડે તેને બાંધી લઉં છું.

માણેક—છોકરાનું માથું અને ગરદન બહાર આવે એટલે શું પ્રસૂતિનું પેટ હાથ વડે દાબીને પકડવું જોઈએ ?

સમજી—હા, એ એક નિયમ છે.

માણેક—ત્યારે હવે મણીના પ્રસવના દ્વારની નીચેથી હાથ લઈ શકાય કે ?

સમજી—હા, હવે લઈ શકાય. પહેલેથી જ તમને કહેલું છે કે, છોકરાની ગરદન નીકળી આવે એટલે પછી ત્યાં હાથ મૂકી રાખવાની કશીય જરૂર નથી.

માણેક—કહેલું છે તો ખરું, એમ છતાં એકવાર પૂછી જોયું. ઠીક, પેટ ઉપર હાથ એવી રીતે ક્યાં સુધી મૂકી રાખવો જોઈએ ?

સમજી—જ્યાં સુધી ઓર ન પડે ત્યાં સુધી રાખવો જરૂરનો છે. તે બાદ શું કરવું તે કહું છું.

માણેક—( એકદમ હર્ષાવેશમાં ) અરે ! મણીને ખુલાસો થઈ પણ ગયો ! ડંકો વગાડો ! અવાજ કરો ! ભાણીયો આવ્યો ! જય મંગળમૂર્તિ ગણપતિ દાદા તમારી મહેરબાની હો !

સમજી—આ વગાડ્યો. પણ મેં તમને જે કહ્યું છે તે તમે બૂલ્યો નહિ. મણીના પેટ ઉપરથી હાથ ઉપાડી લે્યો નહિ. હું છોકરાને જે જે કરવું જોઈએ તે કહું છું. છોકરું આવે કે તરત જ તેને પ્રસૂતિની ડાબી કે જમણી બાજુએ મૂકી દેવું. તેમ ન કર્યું તો કદાચ જો લોહી વહી



આવે તો તે છોકરાના મોં, આંખો, નાક-કાન વગેરેમાં પ્રવેશી જઈ ન કરવાનું કરી બેસે છે. માટે સાવચેતી રાખવી જરૂરની છે.

**માણેક**—હા, તમારું કહેવું કાંઈ ખોટું નથી. અને એ માટે જ તમે તરત છોકરાને આમ એકદમ બાબુએ મૂકી દીધું. બરાબર, બરાબર, હવે હું સમજી ગઈ.

**સમજી**—હવે પ્રથમ છોકરાંના મોઢામાં આંગળી ઘાલીને બેઠું, કે લાળ-બાળ કાંઈ ભરાયેલું છે કે નહિ? બે હોય, તો તે કાઢી નાંખીને મોઢાને સાફ કરી નાંખું, એને જ તમારી દાવણો ગલું કર્યું કહે છે.

**માણેક**—આવા તરતના જન્મેલા બાળકનાં મોઢામાં લાળ બાળ ક્યાંથી આવી ગઈ?

**સમજી**—કેમ? માથું બહાર આવવાને વખતે. આ પણ સમજી શકતાં નથી? છોકરો સારી રીતે રહે છે તો ખરો; ત્યારે તો હવે બીજું શું, લાવો નાળ કાપું.

**માણેક**—છોકરો રકચો ન હોત તો તમે નાળ કાપત નહિ, કેમ?

**સમજી**—ઓત્તારીની! આ પણ નથી સમજી શકતાં છોકરું રહે નહિ તો બાણી લેવું કે તે હાંફે છે અથવા રૂંધાય છે. અને આમ હાંફતા અથવા રૂંધાતા છોકરાને હોશિયાર કર્યા વગર બે તેનો નાળ કાપવામાં આવે, તો તે મરી જ બચ.

**માણેક—**છોકરું કેવી રીતે રૂંધાતું હશે ?

**સમજી—**પ્રસવ થતાં પ્રસૂતિ બહુ કષ્ટાય, કે ઘણી વાર થાય, તો છોકરું રૂંધાય પણ ખરું.

**માણેક—**છોકરું જ્યારે આવી રીતે રૂંધાય પછી તેને બચાવવાનો ઉપાય છે ખરો ?

**સમજી—**ઉપાય બહુ સહેલો અને સટ છે. સૌથી પ્રથમ મોઢામાં આંગળી નાખીને તપાસી જોવું. અને જો લાળ બાળ હોય તો સારી રીતે સાફ કરીને કાઢી નાંખવી. ત્યારપછી જો ત્રણ અંજલિ ઠંડું પાણી લઈને છોકરાના મુખ અને આંખો ઉપર ધીમેથી છાલકો મારવી. એમ કર્યાથી તે જડ રહેવાને બદલે જો ત્રણ વાર કરીને એકદમ રડી ઉઠશે. અને રડે એટલે લય ગયો માનવો.

**માણેક—**પણ મોઢાં અને આંખો ઉપર ઠંડા પાણીની છાલકો માર્યાથી જો કાંઈ ન થયું, તો પછી શું કરવું ?

**સમજી—**તેમ થાય તો એક તપેલા જેવા વાસણમાં ઠંડું પાણી ભરીને છોકરાને ગળા સુધી તેની અંદર એકદમ મૂકી દેવું અને ડૂબાડવું કે તરત જ પાછું એવી રીતે ઉપાડી લેવું. એથી છોકરું ચમકી ઊઠ્યાની પેઠે થતાં જ રડી ઊઠશે. અને જો ફક્ત એટલું કર્યાથી કાંઈ ન થાય, તો છોકરાને એવી રીતે એકદમ એકવાર ઠંડા પાણીમાં, અને એકવાર ઉંઠા પાણીમાં ગળા સુધી ડૂબાડવું અને બહાર કાઢવું. એ પ્રમાણે કેટલીક વાર કરતા કરતામાં જ તે રડી

બિઠશે. અને રડ્યું એટલે ચિંતા ગઈ જાણવી. એવા તરતના જન્મેલા છોકરાના શરીરે સહેવાય તેવું ગરમ પાણી લેવું, એ તો જાણે છે ને ?

માણેક—હા, એટલુંય ન સમજું ? એમ જ કહોને કે છોકરું અવતર્યા પહેલાં સુત્રાવડના ઓરડાની અંદર ઠંડું પાણી અને ગરમ પાણી જુદા જુદા વાસણની અંદર તૈયાર રાખવું જ જોઈએ.

સમજી—હા, નહિ તો તે વખતે લાવતા કરતામાં તો છોકરું માર્યું જાય. એકલું પાણી જ તૈયાર રાખવું એમ કાંઈ નથી; પણ એક જોડ કાતર, થોડીક પાતળી દોરી, ચારેક હાથ લાંબો એક ફલાલીનનો કકડો, એક સારો સુંવાળો અને પાતળો મલમલ જેવા કપડાનો ટુકડો અને બે એક હાથ લાંબો બીજો એક ફલાલીનનો કકડો—એટલું અવશ્ય તૈયાર કરી રાખવું જોઈએ.

માણેક—કેમ, એ બધી વસ્તુઓની જરૂર શા માટે ?

સમજી—તે હમણાં જ તમને બતાવું છું.

માણેક—ઠીક, છોકરાને એવી રીતે ઠંડા પાણીમાં અને ઉના પાણીમાં ગળા સુધી ઝબોળી કાઢ્યાથી જો કાંઈ ન થાય, તેમ કર્યાથી પણ છોકરું જો ન રડે, તો પછી શું કરવું ?

સમજી—છોકરાને ખોળામાં ચત્તો સુવાડવો અને તેના બંને હાથનાં બાવડાં આપણા બે હાથથી પકડવાં. પછી

તેના મ્હોડે આપણું મ્હોડું અડાડીને કૂંક મારવી. તેનાં બંને બાવડાંથી તેનાં પાંસળાં વગેરે દબાવવાં, અને તે બાદ બાવડાંને તેના માથાના બંને પડખા તરફ ઊંચાં કરીને લઈ જવાં. અને બાવડાંને જ્યારે એમ ઊંચા કરવામાં આવે, ત્યારે તેના મોઢામાં કૂંક મારવી. એવી રીતે ઘણીવાર કર્યા બાદ પહેલાં પહેલાં તો છોકરું થોડી થોડી વારને અંતરે આળસ ખાવા જેવું કરશે પણ તે બાદ વારંવાર તે એમ કરશે અને પછી તો તે શ્વાસોશ્વાસ પણ લેવાનું શરૂ કરી દેશે. આમ થયું એટલે છોકરું જીવી જ જવાનું બાણવું ત્યાર પછી ઉપરા ઉપરી એમ કરશે, અને પછી રહેતે રહેતે સહજ શ્વાસોશ્વાસ લેશે મૂકશે.

માણેક—એવી રીતે બંને હાથ ઊંચા કરીને મુખમાં કૂંક માર્યાથી અને પાંસળાં વગેરે એ પ્રમાણે દબાવ્યાથી શું થાય ?

સમજી—એમ કર્યાથી શ્વાસ તાણીને લેવાથી છાતી ફૂલી જાય છે.

માણેક—એમ ?

સમજી—હા. અને શ્વાસ પાછો નીચો મૂક્યાથી છાતી સંકોચાઈને સાંકડી થઈ જાય છે, તે પણ બાણ છે ને ? શ્વાસ લેવા મૂકવાથી છાતી ફૂલે છે અને સંકોચાય તેમ તેનાં બે હાથથી તેનાં પાંસળાં વગેરે હાડપિંજર એકવાર દબાવવું, અને એ બે બાવડાંને તેના માથાની બંને બાજુએ ઊંચાંનીચાં લેવાં. એ શ્વાસ લીધાથી છાતીની અંદર પવન

જરાતો જાય છે, તેને બહલો હું તેના મુખમાં ફૂંક મારીને તેની છાતીમાં પવન ભરી દઉં છું.

માણેક—આવી મુક્તિ કરીને છોકરાને સ્વાસ્થ લેવડાવવો તથા મૂકાવવો એજ ને ?

સમજી—હા, તે નહિ તો બીજું શું ? એવું ક્યાં વગર છોકરાને બચાવી શકાય કેમ ?

માણેક—આ કરવાથી પણ છોકરું જો ન બચે તો પછી તેની આશા જ છોડી દેવી ને ?

સમજી—હા, એજ છેલ્લો ઉપાય છે. તો પણ તે વગર છોકરાના કુદા ઉપર કેટલીકવાર લપડાકો માર્યાની પેઠે ચાબડવાથી, અને તેના નાકની અંદર એક પીંછાના કક્કાથી ગલગલી કર્યાથી પણ તેને બચાવી શકાય. પરંતુ તે પહેલાંજ કરવું જોઈએ. અને જો એવું જોવામાં આવે કે, છોકરું અવતરીને રડ્યું નહિ, તથા તેનું મુખ અને આંખો વગેરે બધું કાળું પડી ગયું છે, તો પછી તેની ડૂંટી આગળના નાળને ત્રણેક આંગળ જેટલો ભાગ રાખી બાકીની વધારાની નાળને કાપી નાખવો. એ નાળને કાપીને બંધ બાંધી નહિ લેતાં ત્યાં આગળથી થોડુંક લોહી વહેવા દેવું. અને પછી જ નાળને બાંધી લેવો. આ કર્યા પછી માલમ પડશે કે છોકરાનું મુખ-આંખો કાળા પડી ગયેલા જણાતાં નથી. અને આ કરવા છતાં પણ માલમ પડે કે છોકરું સ્વાસ્થ લેતું નથી, તેનામાં જીવ છે એવું કંઈ માલમ પડતું નથી ત્યારે આગળ જે ઇલાજો જણાવ્યા તે તરત જ અમલમાં

મૂડી દેવા. મેં તમને જે ઈલાજો જણાવ્યા છે તે તો ચાલ રહ્યાં છે ને ?

માણિક—હા, બરાબર ચાલ છે. એ સમજવું મુશ્કેલ પણ નથી. કહો તો એ બધું તમને ફરીથી ફરી બતાવું.

સમજી—એમ વાંચે ત્યારે કહી દેખાડો બેઠબે.

માણિક—છોકરાનું મોં આંખો વગેરે કાળાં પડી ગયાં છે; એવું જોયા વગર નાળમાંથી લોહી કાઢવા દેવું નહિ. કેમ બરાબર ને ?

સમજી—હા, બરાબર.

માણિક—ઠીક. ત્યારે તો છોકરું રૂંધાય-ગુંગળાય તો તેને બચાવવાના ઉપાય તો ઘણા દેખાય છે.

સમજી—હા, છે જ. પરંતુ આટલા બધા ઉપાય હોવા છતાં પણ તમારી દાયણો છોકરાને મુવેલું સમજીને ઘસડી નાંખે છે.

માણિક—તેમ થાય છે જ. તેઓ શું કાંઈ આટલી બધી જુક્તિ કે રીતો બાણે છે ? છોકરું આવતાં રહે નહિ એટલે બધી આશા છોડી દે છે. તો પણ કેટલીક દાયણો દીવાની વાટથી નાળને જરા જરા ચેકે છે, છોકરાના માથા ઉપર ઠંડું પાણી રેડે છે, અને કાળાં મરી ચાવીને છોકરાના નાકમાં અને મોંમાં કુંકારે છે. આ બધું કરવાથી શું કાંઈ ફાયદો થતો હશે ખરો ?

સમજી—નાળને ચેક કર્યાથી શો ફાયદો થાય, તે તો

હું કાંઈ કહી શકું એમ નથી. અને માથા ઉપર પાણી રેડવાથી ફાયદા કરતાં નુકશાન વધારે છે. એથી છોકરું ઉલટું વધારે નિજીવ થઈ પડે છે. તેમ મરી ચાવીને કુંકારવું પણ કાંઈ સાઈ સમજવું નહિ. એનાથી છોકરું કદાચ બચે, તો પણ બહુ ભયાનક ઠંસો અને હાંફણ પેદા થઈ આવે. હવે નાળ કાપવો કેવી રીતે તે બાણો છો ?

માણેક—એમાં બાણવાનું શું ? ચપ્પુ કે છરી વડે તે કાપી નાંખવો.

સમજી—જે જે એવી બૂલ ન કરશે. નાળ કાપવાના અને બાંધવાના દોષથી તો ઘણાં છોકરાંના જીવ ગયા છે.

માણેક—શું કહો છો ? એ તો મેં કદી પણ બાણ્યું નથી. ત્યારે જેવું જોઈએ કે નાળ શી રીતે કરીને કાપવો, અને કેવી રીતે બાંધવો ?

સમજી—એ જ હવે બતાવું છું. એક બે કાતર અને અને થોડીક પાતળી દોરી લાવો.

માણેક—કેમ વાઈ ? અમારી હાથણો તો તાંત વડે નાળને બાંધે છે. અને છરીના કાતા વતી કાપે છે. એમાં કાંઈ દોષ છે ખરો ?

સમજી—એટલો બધો દોષ તો કાંઈ નથી. પણ તાંત બહુ સખત અને ધાર જેવી હોય છે, અને તેથી વખતે બાંધવાને ઠેકાણેથી નાળને કાપી પણ નાખે છે. અને નાળ કપાઈ ગયાથી ઘણું લોહી નીકળીને વખતે છોકરું મરી જાય

પણ ખડં. એમ થયાથી વળી પાછો બીજા કશાનો બીજો બંધ નહિ બાંધ્યાથી, લોહીને બંધ પણ ન કરી શકાય.

માણિક—ત્યારે તો એમાં ઘણો દોષ નથી એમ કેમ કહેવાય ? તમે તો લ્યો, આ દોરીથી જ લાણીઆનો નાળ બાંધો; નકામું નુકશાન વેઠવાની જરૂર નથી. ઠીક, પણ છરીથી નાળ કાપવામાં શો દોષ હશે ?

સમજી—એથી છોકરું બહુ પીડા પામે, નાળને ઘસી ઘસીને કાપવો પડે અને તેને લઈને બાળકને વેદના થાય, એ રહે. પરંતુ ધારવાળી કાતરથી નાળ કાપ્યાથી છોકરાને તે જણાય પણ નહિ અને ઝટ કામ થઈ જાય. વળી છરી દ્વારા ઘસીને નાળ કાપ્યાથી તેની પીડા વધી પણ જાય અને તેને લઈને છોકરાને આંચકી અથવા તાણનો રોગ પણ થઈ શકે. આ હું પહેલાં તમને સમજાવી ગઈ હતી તે ધ્યાનમાં છે ને ?

માણિક—હા, કેમ નહિ ?

સમજી—ત્યારે, છરી વડે નાળ કાપ્યામાં શો દોષ છે, એમ પૂછો છો શા માટે ?

માણિક—એ મારી ભૂલ થઈ. ઠીક; ત્યારે તો છરી વડે નાળ કાપીને છોકરાને નકામું દુઃખ શા માટે દેવું જોઈએ ? ધારવાળી કાતર છે, તેનાથી જ કાપો. છરી વડે નાળ કાપવો એવો કાંઈ નિયમ નથી જ.

સમજી—વાહ ! તમારી વાત સાંભળીને હું બહુ જ ખુશી થાઉં છું. મેં પણ ઘણી સીખો જોઈ છે, પરંતુ



તમારા જેવી સમજનારી કંઈ સ્ત્રી જોઈ નથી. તેઓ તો જેમ થતું આવ્યું છે તેમ જ કરે છે. એમને શિખામણ કે તેનું અવળું પરિણામ બતાવીએ તો પણ તેઓ તો પોતાનું ધારેલું જ કરવાની, આવી સ્ત્રીઓથી તો તોભા !

**માણેક**—એ તો ખોટું કહેવાય. એમ ક્યાંથી શું સંસાર ચાલે કે ? આજ આપણે જેવાં છીએ, તેવાંને તેવાં જ બે દસ વરસ પછી પણ રહીએ, તો પછી માણસોની ચઢતી દશા શી રીતે થશે ? એ માટે જે સાડું જોઈએ તે કરવું. તેમાં પછી વાંધાવચકા શા કામના ?

**સમજી**—ત્યારે હવે જીવો, નાળના તરફ ( ડૂંટીની બાજુએ ) ત્રણ આંગળને આશરે એક બંધ બાંધું છું. ત્યાર પછી એ બંધથી અડધા આંગળથી કંઈક ઓછા છેટે પાછો બીજો આ એક બંધ બાંધું છું. એ બે બંધની વચ્ચેથી કાતર વડે આ નાળ કાપ્યો. કેમ જીવો ? છોકરો જરાએ રડ્યો કે ?

**માણેક**—ના કંઈ જણાયું જ નહિ ને ! ખરેખર, ત્યારે તો છરી વડે નાળ કાપીને છોકરાને નકામું જ દુઃખ દઈએ છીએ તો ! એટલું જ નહિ, પણ એમ કરીને વખતે મારી પણ નાંખીએ છીએ. ખેર, હું તો એ બધું શી રીતે કરવું તે ખરાખર શીખી ગઈ. હવે જો કંઈવાર મારે નાળ કાપવો પડશે, તો છરી વડે નહિ જ કાપું. પણ ઠીક નાળ ઉપર બે બંધ બાંધ્યા શા માટે ? અમે તો એક જ બંધ બાંધીએ છીએ.

**સમજી**—એ બંધ બાંધવાની ખાસ જરૂર છે. ફક્ત

નાળના તરફ જ એક બંધ બાંધીને કાપ્યાથી, પ્રસૂતિના પેટની અંદર જો બીજું છોકરું હોય, તો તે માર્યું જાય એવો સંભવ છે. એટલે એ બંધની જરૂર છે.

માણેક—પેટની અંદર પાછું બીજું છોકરું હોય કેવી રીતે ?

સમજી—કેમ ? કોઈ કોઈ પ્રસૂતિને જોડ છોકરાં થતાં નથી ?

માણેક—હા, થાય છે.

સમજી—એ જોડ હોવાથી શું બંને છોકરાં એકી સાથે જ અવતરે છે ?

માણેક—ના, તેમ તો કેમ બને ? એક પહેલું આવે, અને ત્યાર પછી થોડીક વાર બાદ બીજું અવતરે.

સમજી—બરાબર. પ્રસૂતિને એક છોકરું થશે કે જોડ છોકરાં થશે તે કાંઈ પહેલેથી કહી શકાય નહિ.

માણેક—તે તો કેમ માલમ પડે ?

સમજી—નાળ કાપતી વખતે એવું માનવું જરૂરી છે કે પેટમાં બીજું પણ એક છોકરું છે. જો આ ન માનવામાં આવે અને કદાપિ પેટમાં બીજું છોકરું હોય તો તેનો નાળ અને પહેલા આવેલા છોકરાનો નાળ એક હોય તો લોહી વહ્યાથી પેટમાંનું છોકરું અંદર ને અંદર જ મરી જાય. આ ઉપરાંત બે બંધ બાંધીને નાળ કાપ્યાથી ઝોર પણ જલદી પડે છે.

માણેક—હવે હું સમજી. ત્યારે તો એક બંધ બાંધીને નાળ કાપવો એ ઘણું મોટો દોષ છે ?

સમજી—હા, જો દોષ ન હોય તો મારે આટલું જાણું સ્પષ્ટ શા માટે કહેવું પડે.

માણેક—અમારી દાયણો તો આમાંનું કાંઈ પણ જાણતી નથી. તેમને આવી ઝીણી પણ અગત્યની બાબતો શીખવવાની ખાસ જરૂર છે. કારણ કે એક નજીવી ભૂલથી પણ કેવો મોટો અનર્થ થઈ જાય છે ?

સમજી—હવે દેશમાં કેળવણી વધતી જાય છે. રીત-ભાત અને રહેણીકરણીમાં પણ સુધારો થતો જાય છે, તેવા વખતમાં દાયણોને પદ્ધતિસરની તાલીમ આપવામાં આવે તો અજ્ઞાનતા નાબૂદ થઈ જાય. કેમ તમારો એમાં શું મત છે ?

માણેક—તમારી વાત ખરી છે. અમે અબળા જાત છીએ, અમારા હુઝાર તરફ કોઈ નજર કરતું નથી. દાયણો સારી શીખેલી નહિ હોવાથી કેટલી પ્રસૂતિઓ અને કેટલાં છોકરાં માર્યા જાય છે, તેનો પુરૂષોને કંઈ ખ્યાલ આવે તો જ તેઓ એનો ઉપાય કરે ને ? જામે તેમ પણ પુરૂષો નિર્દય તો ખરા. હવે તો એનો ઉપાય સ્ત્રીઓએ જ કરવો પડશે.

સમજી—અત્યારે હવે નકામો બળાપો ક્યાંથી શું વળશે ? નાજ તો કાપ્યો, હવે ગરમ પાણી અને સાબુ વડે સાફ કરીને છોકરાનું શરીર ધોઈ નાંખો. ત્યારબાદ સારા સફેદ ધોયેલા કપડા વતી તેનું શરીર લૂછી નાંખીને, ફલાલીનના કપડામાં સાફ કરીને તેને ઢાંકી રાખો. છોકરાનું શરીર શી રીતે સાફ કરવું એમ તમે પૂછતાં હતાં તે હવે આ નજરોનજર જુવો. અવતર્યા પછી છોકરાનું શરીર સાફ

કરીને સાફ નહિ કર્યાથી છોકરું બહુ માંઢા જેવું રહે છે. તેમ જ તે સુસ્ત પણ રહે છે. તે સિવાય શરીર ગંદુ રાખ્યાથી છોકરાને કેવો ભયાનક રોગ થાય છે, તે તો પ્રથમથી જ તમને કહી સંભળાવ્યું છે, કેમ યાદ છે ખરું ને ?

માણેક—હા, બરાબર યાદ છે. જે રોગનું નામ દીધાથી પ્રસૂતિ કરી મરે, તેવો રોગ થઈ આવે. કેમ એજ ખરું ને ?

સમજી—હા; યાદ છે ખરું. ગૃહસ્થ લોકોની વહુ-દીકરીઓ બે એ બધા નિયમ બરાબર યાદ રાખે, તો કેટલી પ્રસૂતિઓ અને છોકરાંના જીવ બચે.

માણેક—સાચું જ કહ્યું. ઠીક, હવે બે બંધ બાંધીને નાળ કાપ્યાથી ચોર જલદી પડે, કેમ ?

સમજી—નાળ ઉપર બંધ બાંધેલો હોવાથી ચોરનું લોહી વહી શકે નહિ, તેથી તેમાં લોહી એકઠું થાય છે, તેને લીધે તે રહેતે રહેતે ભારે થઈને જરાયુના અંગમાંથી જલદી છૂટી થઈ આવે છે.

માણેક—અહો ! ત્યારે તો બે બંધ બાંધીને નાળ કાપ્યાથી ચોતરફથી ફાયદો માલમ પડે છે.

સમજી—હા, વળી સાંભળો. એક ખાસ વાત તમને કહેવાની જૂતી ગઈ છે. તે વાત યાદ રાખવાની જરૂર છે.

માણેક—એમ ? એવી તે કઈ વાત છે ?

સમજી—તે જ કહું છું. છોકરું બહાર આવ્યા પછી એવું લાગે કે તે એકદમ નબળું છે, તો નાળ કાપતાં પહેલાં, ચોરની બાબુએથી લોહી ભેગું કરીને તેને નાળની અંદર

થઈને છોકરાના શરીરમાં દાખલ કરી દેવું. પછી નાળ ઉપર નિયમ સુજળનો બંધ બાંધી દેવો. માનું લોહી એ જ છોકરાનું જીવન છે. અને એટલે જ એવું લોહી થોડુંક આ પ્રકારે તેના શરીરમાં દાખલ કરી દેવામાં આવ્યાથી તેનામાં જરૂર કંઈક બળ આવે જ.

**માણેક—**વાહ ! સારી યુક્તિ બતાવી, ઘણાંક છેક નબળાં છોકરાં જોવામાં આવે છે, કે જે અવતર્યા પછી થોડા દિવસની અંદર છેક નજીવા કારણથી પણ મરી જાય છે. એવા દમ વગરનાં છોકરાંને માટે આ બુક્તિ ઘણી જ સરસ અને બંધબેસતી થઈ શકે ખરી, કેમ તમારું શું માનવું છે ?

**સમજી—**એવાં નબળાં છોકરાંને માટે જ એ ગોઠવણ કરવાની છે. અને એ વાત તમને કહેવાની મારી મતલબ પણ એ જ છે. અવતર્યા પછી છોકરું જો છેક દુબળું, માય-કાંગલું જણાય તો એવી રીતે થોડુંક લોહી ભેગું કરીને તેના શરીરની અંદર દાખલ કરી દેવું. એથી છોકરું ખચી જશે એટલું જ નહિ પણ તેના બાંધો પણ સશક્ત બનશે. ઠીક, ત્યારે હવે બહુ મોડું થઈ ગયું હું રજા લઉં. “હા, આવજો બહેન.”

## પ્રકરણ ૮ મું.

### પ્રસવની ત્રીજી અવસ્થા

પ્રસૂતિની માવજત કેવી રીતે કરવી ?

માણેક—બરાબર સમયસરજ આવ્યા. જીવોને બહેન,  
ઝોર પડી કે નહિ ?

સમજી—હા, ઝોર પડી અને ત્યારથી તે શાંત થઈ  
પડી છે. તમે જરા પેટ ઉપર હાથ વતી પંપાજો અને  
થોડીવાર એ પ્રમાણે કરવું ચાલુ રાખો.

માણેક—અમારી હાથણી તો હાથબાથ કંઈજ ફેરવતી  
નથી. પણ હાથ ઘાલીને ઝોર ખેંચી કાઢે છે.

સમજી—એ જ ખોટું છે ને ? એમ કરવું તે શું  
મોટો દોષ નથી ? હાથ ઘાલીને ઝોરને કાઢવી એ તો  
પ્રસૂતિનું ખૂન કરવા બરાબર છે. તેથી ઘણી ખરાબી થાય  
છે, અને તેમાં પ્રસૂતિના જીવનું પણ જોખમ છે.

માણેક—આ શું કહો છો ? ઝોર તાણીને બહાર  
કાઢ્યાનો એટલો બધો દોષ છે ! ત્યારે તો અમારી હાથણી  
ખરેખરી જીવતી ડાકણો જ છે !

સમજી—તેમનો બિચારીઓનો શો ગુન્હો ? તેઓ

શું એમાં સાઈં માહું કંઈ સમજે છે ? જો સમજતી હોય, તો મેં જેમ કર્યું, તેમજ તેઓ પણ કરત. ઓર પડી નહિ, પડી નહિ, કરીને ઘરના માણસો પણ અકળાય છે, અને દાયણુ પણ અકળાય છે, તેથી છોકરૂં આવ્યા પછી ઓર પડતાં વાર લાગે તે કેમનાથી પણ સહન થતું નથી. ઓર પડી એટલે જાણે અધાંચ અધ્યાં. પછી તે પોતાની મેળે પડો કે દાયણુ તાણીને બહાર કાઢે. પરંતુ એમ ઓરને તાણીને બહાર કાઢ્યાથી, પ્રસૂતિનું કેવું સત્યાનાશ વળે છે, તે પ્રસૂતિયે જાણતી નથી, દાયણુ પણ જાણતી નથી, અને પાડાપાડોશનાં તથા બીજાં જે સગાંવહાલાઓ જોવા આવે છે, તે પણ જાણતાં કે સમજતાં નથી.

માણેક—હીક, ત્યારે ઓરને કેવી રીતે બહાર કાઢવી જોઈએ ?

સમજી—ઓરને બહાર કાઢવી પડે શા માટે ? એની મેળેજ પડે. છોકરૂં થયા પછી આશરે કલાકની અંદર ઓર પડે છે. તેને માટે અકળાવાની કંઈ જ જરૂર નથી.

માણેક—હીક, છોકરૂં અવતર્યો પછી જે પીડા થાય છે, તેનાથી જ, શું ઓર પડતી હશે ?

સમજી—હા, છોકરૂં થયા પછી જે કેટલીકવાર તાણુ આવે છે, પીડા થાય છે, તેનાથી જ ઓર રહેતે રહેતે બહાર આવી પડે છે.

માણેક—હીક, કલાકેકમાં જો ઓર પડે તો તો હીક પરંતુ જો ક્યારેક વાર લાગી તો પછી શું ઇલાજ અજમાવવો ?

સમજી—તેનો ઉપાય પણ મારી પાસે જ છે.

માણેક—અહો ! ઓસડ પણ સાથે લઈને જ આવ્યાં છો કે શું ?

સમજી—તે આજ્યા વગર કેમ ચાલે ? જરૂર પડે ત્યારે પ્રસૂતિને એમ ને એમ પડતી નાંખીને લેવા જવું કે ? હું એવી રીતે ઓસડ લેવાને જાઉં, અને અહિં પ્રસૂતિ લોહી વદ્યાથી મરી જાય, એ કેવું કહેવાય ?

માણેક—તમારા કામમાં કંઈ ખામી આવે તેમ છે જ ક્યાં ? ઠીક, એ ઓસડ ખવરાવ્યાથી શું ચોર પડે છે ?

સમજી—હા, એ ઓસડ ખવડાવ્યાથી ઘણું કરીને તરત જ પીડા થવા માંડશે; અને એવી પીડા થતાં જ ચોર પડશે.

માણેક—એમ કે ? ત્યારે એ બહુ અજખ જેવું ઓસડ કહેવાય.

સમજી—અજખ જેવું તે વળી એકવાર ? ફક્ત એ ઓસડથી જ કેટલી બધી પ્રસૂતિઓનાં પ્રાણ બચ્યા હશે, બધા લોકોએ એ ઓસડ ઘરમાં રાખી મૂકવું જોઈએ.

માણેક—ખરું કહો છો, એવું ઓસડ તો ઘરમાં જરૂર સંઘરવા જેવું છે.

સમજી—એ ઓસડ જ એવું ગુણકારી છે.

માણેક—ઠીક, એ ઓસડ એક વખત ખવડાવ્યાથી જ કામ થઈ જાય, કે એને વારંવાર ખવરાવવું પડે ?



સમજી—અત્યાર મુઘી તો મારે વારંવાર ખવરાવવું પડ્યું નથી. પરંતુ જો જરૂર જણાય તો એ ત્રણ ચાર વાર પણ આપવું પડે.

માણેક—જરૂર કેવી રીતે સમજાય ?

સમજી—એ સમજવું કાંઈ મુશ્કેલ નથી. ઓસડ ખવડાવ્યા પછી જરાવાર બાદ જ જો ખૂબ પીડા થઈ આવે, અને જરાયુ કઠણ કોકડાના જેવું થઈ જાય, તો પછી ફરીને હવા ખવડાવવી પડે એમ નથી. એક વારથી જ કામ પતી જાય. અને જો એકવાર ખવડાવ્યાથી એવી પીડા થઈ આવે નહિ તો થોડીક વાર બાદ બીજી વાર ખવરાવવું.

માણેક—કેટલીવાર પછી બીજી વાર ખવડાવવું.

સમજી—તેનું કાંઈ નક્કી ધોરણ નથી. એ હવા ખવડાવતાં ખવડાવતાં જ કામ થાય. પ્રસૂતિને હવા ખવડાવીને જો જરાયુને હાથથી પકડી રાખો, તો તમારા હાથને પણ એ ઓસડની અસર થતી માલમ પડશે. જરાયુ સંકોચાઈ સંકોચાઈને એવું કઠણ થશે કે તમારા હાથમાં જાણે લોહનો એક લાટો છે, એમ તમને લાગશે અને પ્રસૂતિ પણ એ પીડાથી—(જરાયુ સંકોચાવાની) હેરાન હેરાન બની જશે. હવા ખવડાવ્યા બાદ દ્રંક સમય પછી જ આ મુજબનું થાય છે. પણ એકવાર હવા ખાધા પછી કલાક સવા કલાક બાદ જો આ મુજબનું થતું ન જણાય તો પછી હવા બીજીવાર પણ ખવડાવવી પડે. તમે આ સમજ્યા કે નહિ ?

માણેક—હા, હવે બરાબર સમજી.

સમજી—ઓસડ ને સાડ તાળું જ હોય તો એક વખત ખવરાવ્યાથી જ કામ થઈ જાય. પરંતુ જો તે તાળું ન હોય અને જોઈએ તેવું તેજદાર-કસવાળું રહ્યું ન હોય, તો એક વારને ઠેકાણે બે ત્રણ વાર પણ ખવડાવવું પડે. ગમે તેમ હોય, પરંતુ જરાયુના ઉપર હાથ મૂકીને તેને પકડી રાખ્યાથી એ ઓસડથી થતું કાર્ય તમારા હાથે જ માલમ પડી આવે છે, એ વાત પણ યાદ રાખવી અગત્યની છે.

માણેક—તમે કહ્યું કે ઓસડ ખવડાવ્યા પછી દુઃખ થઈ આવે છે, એ વખતે જો જરાયુને આપણે હાથ વડે પકડી ન રાખીએ તો પણ દવાની અસર આપણને જણાવાની જ. કેમ ખરું ને ?

સમજી—ના, નહિ જણાય.

માણેક—કેમ ? પીડા થતાં જ પ્રસૂતિ ખૂંસે પાડે, તરફડે, તે જોઈને શું આપણે તેની અસર થઈ છે કે નથી થઈ તે નક્કી ન કરી શકીએ ?

સમજી—હા, તે જોઈને પણ નક્કી કરાય ખરું. પરંતુ જરાયુને હાથ વડે પકડી રાખ્યાથી વધારે સારી રીતે જાણી શકાય. કેમકે જરાયુ જેટલું સંકોચાઈ સંકોચાઈને નાનું અને કઠણ કોકડા જેવું થતું જાય, તેટલું તે ઓસડનું કામ આપણા જણ્યામાં આવે. જરાયુ જ્યારે સંકોચાઈને નાનું અને કઠણ કોકડા જેવું થાય, ત્યારે જ પ્રસૂતિને પીડા થઈ આવે. તમારી હાથણા એને અંખોઈ મરે છે એમ પણ કહે છે.

માણેક—હવે હું ખરાખર સમજી. પણ ખહેન ! હાથણા તો એમ કહે છે કે છોકરું આવ્યા પછી પ્રસૂતિના પેટ ઉપર હાથ મૂકીને જોવાથી તેની અંદર કંઈક માલમ પડે છે એને તેઓ છોકરાનું ઓશીકું કે એવું જ કંઈક કહે છે. એ શું હશે ?

સમજી—અરે રામ ! એ જરાયુ જ છે. એને અલણ હાથણા ઓશીકું કે એવા બીજા નામે ઓળખે છે. જ્યારે ગર્ભ ન હોય ત્યારે તેઓ જરાયુને આહરૂ કે પોનાડી કહે છે. એ જરાયુમાં જ્યારે બચ્ચું હોય છે ત્યારે પણ તેને આહરૂ કહે છે. પ્રસવ બાદ જ્યારે જરાયુ સંકેચાઈને નાનું અને કઠણ થઈ જાય છે ત્યારે તેઓ તેને છોકરાનું ઓશીકું કે એવા જ બીજા કેાઈ નામથી પિછાને છે. તેઓને ક્યાંથી ખબર હોય કે જે જરાયુમાં છોકરું હતું તે જ જરાયુ નાનું થઈને આવું થયું છે. તેઓ તો એમ જ સમજે છે કે પેટની અંદર છોકરું એના ઉપર માથું મૂકીને સૂઈ રહે છે. અજ્ઞાનતાની પણ હદ હોય છે.

માણેક—ઓત્તારીની ! હવે હું સમજી. પણ ખહેન ! જે દવાનો આટલો બધો ગુણ તમે કહો છો તે દવા તો એક વાર ખતાવો ?

સમજી—હા, જીવોને.

માણેક—આ તો ફાકીના જેવી, લોટ જેવી દવા છે. એનું નામ શું છે, ખહેન ?

સમજી—એ દવાનું નામ છે. “અર્ગટ ઑફ રાઇ”.

માણેક—‘અર્ગટ ઑફ રાઇ’ એ તે શું હશે ?

સમજી—એ એક જાતનું અનાજ છે. એ અનાજને કોઈ રોગ થયાથી કે કીડા કે જીવજંતુએ ખાધાથી એનામાં એવો આશ્ચર્યકારક ગુણ ઉત્પન્ન થાય છે.

માણેક—એ ‘અર્ગટ ઑફ રાઇ’ ક્યાં થાય છે ?

સમજી—ઇંગ્લાન્ડમાં.

માણેક—એ અર્ગટનો આકાર તથા એના દાણા શેના જેવા હોય છે ?

સમજી—એનો આકાર તથા એના દાણા જવના જેવા હોય છે. પરંતુ દાણા જરા વાંકા હોય છે. એનો છોડ પણ આપણા અનાજનાં છોડ જેવો જ હોય છે. આ વસ્તુ આમ છે તો સાધારણ પણ તેનો ગુણ મહા ચમત્કારિક છે.

માણેક—એમ ? એનો આવો ભૂકો કેવી રીતે કરતા હશે ?

સમજી—તડકામાં સૂકવીને જ. સૂકાઈ જાય એટલે પછી તેને ખાંડીને ભૂકો કરી એક શીશીમાં તે ભરી દેવો અને તેને મજબુત રીતે બંધ કરી દેવો. આવી રીતે સાચવીને રાખ્યાથી એ દવા સારી રીતે રહે છે. જરૂર પડે ત્યારે કાગળમાં કાઢીને તે ઉપયોગમાં લેવી.

માણેક—આ ભૂકો એક એક વખતે કેટલો આપવો બેઈએ ?

સમજી—હરેક વખતે હસ રતી જેટલો આપવો.

માણેક—ત્યારે તો એક જ વખતે ચાલીસ રતી બૂકો જોખીને તેના ચાર પડીકાં તૈયાર કરી રાખ્યાં હોય, તો સાફ કેમ ?

સમજી—હા, હવાની જરૂર પડે ત્યારે વારે વારે શીશીમાંથી કાઢવું અને લેવું, તેના કરતાં એક વખતે જ ચાર પડીકાં તૈયાર કરી રાખવાં એ જ વધુ ઉત્તમ છે.

માણેક—ઠીક, જ્યારે એ અર્ગન્ટનો એવો ગુણ છે ત્યારે તો પ્રસવની પહેલી કે બીજી અવસ્થામાં પ્રસૂતિની પીડા નરમ પડે, કે તદ્દન બંધ પડી જાય, તે વખતે એ હવા એકવાર કે બે વાર ખવડાવી દીધાથી ખૂબ ફાયદો થાય ખરો ? પીડા ખૂબ થઈ આવે અને છોકરું પણ જલદી અવતરે ખરું ?

સમજી—ના, ના, એથી તો હેરાનગતી વધી પડે, જો જો આવું કરી બેસતાં નહિ. જ્યાં સુધી ખચ્ચું પેટમાં હોય ત્યાં સુધી તો અર્ગન્ટનું નામ પણ ન લેવું.

માણેક—એમ કે ? પણ પેટમાં છોકરું હોય, તે વખતે અર્ગન્ટ ખવડાવવાથી શું છોકરાને કાંઈ નુકસાન થતું હશે ખરું ?

સમજી—નુકસાન ! અરે છોકરું મરી જ જાય !

માણેક—શું કહો છો ? ત્યારે શું એ અર્ગન્ટ ઝેર છે ?

સમજી—સમજીને આપવામાં ન આવે તો અમૃત પણ ઝેર થઈ જાય.

માણેક—હા, એ વાત સાચી.

સમજી—છોકરું અવતરવાની વાર હોય, તો કહી પણ અર્ગંટ આપવું નહિ. એ વાત ખૂબ યાદ રાખવી. આખ્યાથી છોકરું ગુમાવી બેસીએ.

માણેક—ત્યારે એ “અર્ગંટ એન્ડ રાઈ” ક્યારે આપવું?

સમજી—જરાયનું મોં જેટલું ખુલવાનું તેટલું ખૂલ્યું છે; પરપોટો ફૂટીને પાણી વહ્યું છે; છોકરાનું માથું ખૂબ નીચે આવ્યું છે, અને બહારથી તે બરાબર બેવામાં આવે છે; છોકરાના માથાની ચોતરફ આંગળી ચલાવીને ફેરવી કાઢ્યાથી આંગળી કોઈ પણ ઠેકાણે અટકતી નથી; ફક્ત થોડીક વાર બેશબેર પીડા આવતાં જ પ્રસૂતિને છૂટા છેડા થઈ જશે એમ લાગે; આવી અવસ્થા હોય, ત્યારે અર્ગંટ આખ્યાથી પ્રસૂતિને તે જ વખતે પ્રસવ થઈ જાય, અને વળી વગર કબ્બે પ્રસવ થાય, તથા બાળકને તેનાથી કાંઈ નુકસાન પણ થાય નહિ.

માણેક—ઠીક, હવે સમજી. ત્યારે તો એ હવા જ્યારે ત્યારે-ગમે તે વખતે આપી શકાય નહિ. તેમ જ ગમે તેના હાથથી આખ્યાનો પણ વિશ્વાસ રાખી ન શકાય. કેમકે એથી સારાને બદલે માઠું થતાં વધારે વાર ન લાગે.

સમજી—હા, બરાબર. હવે તમને એ માટેની કેટલીક મુખ્ય વિગતો કહી સંજળાવું છું:—

૧. બાળક અવતરવામાં હવે જરાય હરકત નથી. અને દરેક સમયમાં જ પ્રસૂતિ જણાશે. માત્ર થોડીક પીડા

થતામાં જ પ્રસૂતિને પ્રસવ થઈ જાય એમ છે, આવી સ્થિતિ-માં અર્ગન્ટ આપવાનું તમને કોઈ કહે તો તે સમય બરાબરનો છે એમ જાણવું. અને તેવે વખતે તે દવા આપવામાં બાંધો નથી એ પણ સમજી લેવું.

૨. જે પ્રસૂતિને પોતાની આગલી સુવાવડમાં પુષ્કળ લોહી વહી ગયેલું છે તેને ફરોથી ગભં રહેતાં બચ્ચું જણવાની વખતે એવી જ રીતે પાછું લોહી વહેવાની ધાસ્તી હોય, અને તે માટે બચ્ચાનું મસ્તક જેવું બહાર આવે તેવું જ અથવા તો તેનાથી જરાક અગાઉ પણ પ્રસૂતિને ‘અર્ગન્ટ ઓફ રાઇ’ ખવડાવી દેવું. એથી લોહી પડશે નહિ તેમજ વીણા પણ આવશે નહિ અને સરળતાથી પ્રસૂતિ થઈ જશે.

૩. પ્રસવ થયા બાદ લોહી નીકળે નહિ તે માટે, જલ્દી ઓર પડે તેને માટે અને ઓર પડ્યા પછી પણ લોહી વહે નહિ તેને માટે બચ્ચાનું માથું આવતાં જ અથવા તેનાથી જરાક અગાઉ પ્રસૂતિ સ્ત્રીઓએ ‘અર્ગન્ટ ઓફ રાઇ’નું પડીકું ખાઈ લેવું જોઈએ. આ માટેની સાવ-ચેતી આગળથી જ રાખવામાં જણનારીનું કલ્યાણ છે.

**માણિકું**—તો પછી મણીને અર્ગન્ટ ખવડાવી દીધું કે નહિ? ન આપ્યું હોય તો ખવડાવી દો.

**સમજી**—મણીની સુવાવડ તો આ પહેલી જ છે અને પ્રથમ સુવાવડીને ઘણી વાર અર્ગન્ટ આપવાની જરૂર રહેતી નથી. તેમનું શરીર કઠણ હોવાથી તથા બાંધો પણ મજબૂત હોવાથી ઘણું કરીને લોહી વહેતું નથી. હા, કેટલીક અણ-

સમજી—એવકુદ દાયણે। આવી અશક્ત અને કઠણ પ્રસૂતિ-  
ઓની પણ જેમ તેમ સારવાર કરી તેમનાં શરીર તોડી  
નાંખે તેમાં પ્રસૂતિઓનો વાંક ન જ કહી શકાય. આ બધા  
કારણોને અંગે સુવાવડનું કામ તો કાંઈ હોશિયાર અને  
અનુભવી દાયણને જ સોંપવું જરૂરું છે.

માણેક—તમારું કહેવું તદ્દન સાચું છે, બહેન !

સમજી—આમ છતાં પણ હું તો અગાંટ સાથે લેતી  
આવી હતી. કાણુ બાણે કહાય જરૂર પડે. પહેલીવારની  
પ્રસૂતિ હોવાથી કંઈ તદ્દન અસાવધ તો ન જ રહી શકાય.  
જરૂર પડે તો પછી તે સમયે ક્ષમા ક્યાંથી મળે ?

માણેક—એ તો ખરું જ, તમને કાંઈ શીખવવું પડે  
એમ ઓહું જ છે ? ઠીક યાદ આવ્યું. એક વાત પૂછું.

સમજી—હા પૂછોને ?

માણેક—પ્રસૂતિની પહેલી કે બીજી અવસ્થા હોય,  
અને એ અવસ્થામાં પ્રસૂતિની પીડા ખંધ પડી જાય અને  
હવે તેવી પીડા માટેનું જોર પણ ન રહ્યું હોય તો તેનો  
શું ઉપાય છે ? અગાંટ ઓફ રાઈ તો તેમને અપાય જ  
નહિ, કેમ ખરું ને ?

સમજી—હા, આ તમે ઠીક પૂછ્યું. પ્રસવ બાદ જેટલી  
પ્રસૂતિ સ્ત્રીઓ કબ્તાય છે તેના ઓઢમા ભાગ જેટલી પ્રસૂ-  
તિઓ વીણે। ખંધ થઈ ગયા પછીથી કે પીડાનું જેવું  
જોઈએ તેવું જોર રહ્યું ન હોવાથી કષ્ટાય છે. સારી પીડા કે  
પછી જોશભેર વીણે। આવ્યા વગર પ્રસૂતિને પ્રસવ થાય નહિ  
એ બણ્યા વગર પણ ઠેટલીક અણસમજી દાયણે। પ્રસૂતિને



મૂંથી નાખે છે અને એવા ઉપાયો અજમાવે છે કે જેને લઈને નરમ જગ્યા ફુલી જાય છે અને પીડાનું ભેર આવવા છતાં પણ તેનાથી સહજ પ્રસવ થઈ શકતો નથી, વળી જો પ્રસવ થાય તો પણ શરીરની વેદનાને લીધે તે જલદી સારી થઈ શકતી નથી. સુવાવડીઓની આવી સ્થિતિ તો મેં અનેકવાર જોઈ છે—નિત્ય જોવી પડે છે.

માણેક—તો પછી એનો કંઈ ઇલાજ નથી ?

સુમનુ—ઈલાજ કેમ નથી ? કરવા ધારીએ તો છે જ. જીવો સાંભળો, એનો ઉપાય:—

હું જ્યારે પણ પ્રસૂતિ કરાવવા માટે જઈ છું ત્યારે ડોક્ટર સાહેબને બધી વિગત જણાવી દઉં છું. ડોક્ટર મને અવારનવાર સૂચનાઓ આપે છે, અને સાચું કહું તો બહેન તેમની સૂચના પણ સોનાની જ હોય છે.

માણેક—હા, સાચું છે. અમને પણ ડોક્ટર સાહેબનો સારો પરિચય છે. તેમના જેવા હોશિયાર ડોક્ટર જુજ જ મળી આવે. હાં....પછી.

સુમનુ—આપણા પેલા મનોરહાસને તો ઓળખો છો ને ? તેની સ્ત્રીને સુવાવડ આવી. આમ તો બહેન ખૂબ જ નરમ અને તેમાંય પાછી પહેલી સુવાવડ કયળી ગયેલી એટલે એને તો ખૂબ જ ઠંડાઈ આવી ગયેલી. હું ત્યાં ગઈ તો સ્ત્રી પડેલી હતી. પીડાનું નામ નહિ, ક્યારેક વીણ આવતી તો તેમાં કંઈ ભેર પણ નહોતું.

હું ડોક્ટર પાસે ફોડી. મેં એમને બધી વાત કરી. તેમણે મને એક દવાનાં ત્રણ પડીકાં આપ્યાં અને કહ્યું—

“જતાંની સાથે જ એમાંથી એક પડીકું આપી દેજે. એના એક જ પડીકાથી પ્રસૂતિને પ્રસવ થશે.”

“અને એક પડીકાએ જો અસર ન જન્માવી તો ?”  
મેં શંકા વ્યક્ત કરી.

“તો બીજું પડીકું અને તે પણ કઢાવ નિષ્કળ જાય તો ત્રીજું. બસ, આ દવા જ એવી છે કે ત્રીજું પડીકું ખવડાવવું પડશે જ નહિ.”

હું રાજી થતી થતી પ્રસૂતિને ત્યાં આવી. એને તપાસી તો તેની જરાયુનું મુખ જરાક ઊઘડેલું હતું. સારી રીતે એ ઊઘડે તેવું જણાતું નહોતું. દાયણે દોડધામ અને ઉતાવળ કરીને પાણીની થેલી (એટલે કે પરપોટો) ફાડી નાંખી હતી. આ થયાથી જરાયુનું મુખ ઉઘડવાના એક મુખ્ય માર્ગનો નાશ કરી નાખ્યો હતો.

માણેક—ઓતારીની ! આટલું બધું ! હું પણ પાણીની થેલી પ્રથમથી ફાટી જવાથી જરાયુનું મુખ ઉઘડવામાં ઘણી અડચણ થાય છે એ વાત તો તમે મને આગળ જણાવી હતી. પરંતુ જરાયુને મોઢે હાથ મૂકીને જ તમે કેવી રીતે બહુનું કે એના ખુલવાનો કંઈજ ઢંગ પણ નથી ?

સમજી—સખત હોય તો જરાયુનું મોં ક્યારેય પણ ખુલે નહિ, ખુલી શકે પણ નહિ. ખુલવાના પહેલાં તે સારી રીતે નરમ થવું જોઈએ. તેથી હાથ મૂકીને તપાસી જોયાથી કેમ કહી શકાય નહિ ? કોઈ ચીજ કઠણ—સખત છે કે નરમ તે શું ન પારખી શકાય ?

માણેક—બરાબર, હવે સમજી પછી.

સમજી—તે પછી એક ગલાસમાં થોડું પાણી લેઈ પેલી દવાનું એક પડીકું નાખી પાઈ દીધું. અને વધારે વાર નહિ, માત્ર અડધા કલાક પછી જોયું, તો બાણે તે પ્રસૂતિ જ નહિ ! જે પહેલાં એટલી બધી ગાભરી અને બહાવરી હતી, તેને પછી કંઈ પણ વેદના રહો નહિ. પહેલાં પણ બાણે તફન નહોતી અને જે સહેજસાજ થતી તેનું તેનું જોર નહોતું. પણ હવે તો બરાબર વોણે આવવા માંડી, અને તેનું જોર પણ ખૂબ થયું. વળી મેં તપાસ કરીને જોયું તો જરાયુનું મેં ઘણું ખુદ્યું છે, અને તે નરમ પણ થયું છે. દવાના આવા અમતકારથી મારા હર્ષનો પાર ન રહ્યો. પ્રસૂતિના મુખ પર પણ આનંદ છવાઈ ગયો.

માણેક—શું કહો છો ? તમારી વાત સાંભળીને મારો હર્ષ ઉભરાઈ જાય છે. બરાબર જ ત્યારે તો પ્રસૂતિઓનું નસીબ પણ તેજ જણાય છે કે આવું ઔષધ શોધાયું છે, જે પછી શું થયું તે તો કહો ?

સમજી—તે પછી તો સારી રીતે વીણા આવવા લાગી કે એવું જોયું, એટલે પછી ડૉક્ટર સાહેબે કહ્યું હતું તેમ જ કલાક થતાં મુધી બીજું પડીકું ખવડાવ્યું નહિ પણ તેટલો વખત થયો ત્યારે પાછું ફરીથી તપાસ કરીને જોયું. અને જોતાં જ કે આશ્ચર્ય પામી ગઈ. જરાયુનું મેં જેટલું જુલવાનું તેટલું ખુલી ગયું હતું. અને છોકરાનું માથું એટલું

નીચે આવ્યું હતું કે, પ્રસવના દ્વારમાં જરાક હાથ મૂકતાં જ તે માથાને અડકતો હતો.

માણેક—અહો શું કહો છો? આ તો ખરેખરી આશ્ચર્ય પામવા જેવી જ વાત કહેવાય! ત્યાર પછી તમે શું કર્યું? બીજું પડીકું આપ્યું નહિ?

સમજી—હા, પછી બીજું પડીકું પાછું ખવડાવી દીધું. અર્ધા કલાક પછી વીજીનું જોર હતું તે કરતાં પણ પાછું વધ્યું, અને વીજો ઉપરાઉપરી આવવા લાગી. આ વખતે એટલે બીજું પડીકું ખવડાવ્યા પછી એક કલાકની અંદર તો છોકરાનું માથું બહાર આવ્યું તે બાદ ગરદન અને ત્યાર-પછી તરતજ સડાક હાથે છોકરું નીકળી પડ્યું. હાથેલાને પણ ખબર પડી શકી નહિ, અને પ્રસૂતિ પણ જાણી શકી નહિ, કે ક્યારે છોકરાનું માથું નીકળ્યું, ક્યારે ગરદન નીકળી અને ક્યારે ખભા, છાતી અને પેટ પણ વગેરે નીકળી પડ્યું. છોકરાને જાણે કોઈએ હાથ વડે ડેલીને બહાર કાઢી નાખ્યું. વળી થોડીકવારમાં જ એર પણ એની મેળે પડી ગઈ. એર પડ્યા પછી જરાએ લોહી વહ્યું નહિ. પ્રસૂતિ પહેલાં જે કાંઈ પીડા પામી હતી, કષ્ટાઈ હતી તેજ, ત્યાર પછી પ્રસ-વનું કંઈ પણ દુઃખ તેને ન પડ્યું. હું આટલા દિવસથી ધંધો કરું છું, પણ એ દવાનો આવો ચમત્કારિક ગુણ તો કદી પણ જોયો નથી.

માણેક—સાચું કહ્યું બહેન, હું પણ આ સાંભળીને વિસ્મય પામી ગઈ છું. પછી શું થયું?

સમજી—તે પછી ખૂબ ખુશી થતી થતી હું ડૉક્ટર સાહેબની પાસે બધ. અને તેમને કહ્યું કે, આવું ચોસડ તો બીજું કોઈ જ મેં જોયું નથી. આપે કહ્યું હતું તે મુજબ બે પ્રતીકાંથી વધારે ખવડાવવાની જરૂર પણ ન પડી. તે સાંભળીને ડૉક્ટરે કહ્યું:—એ દવાનો એવો ગુણ, થોડા દિવસ થયાં જ મારા બાણવામાં આવ્યો છે. હજી પણ એનો મુખ્ય બધાઓ બાણી શક્યા નથી. મેં તો ઘણી જગ્યાએ એના એ ગુણની પરીક્ષા કરી જોઈ છે. પ્રસૂતિઓને માટે તો એ દવા જ નથી, પણ જીવન આપનારી એક નવી કલ્પલતા છે.

માણેકે—એ વાત પણ ખોટી નથી. ડૉક્ટર સાહેબે ખરું જ કહ્યું છે. એ ચોસડ પ્રસૂતિઓનું જીવન જ છે. તમારી વાત સાંભળીને મને જેટલો વિશ્વાસ આવે છે, તેનાથી એમ લાગે છે કે, હવે પ્રસૂતિઓને પ્રસવ થતાં કદી પણ હુઃખ નહિ પડે. આવું ચોસડ મળ્યાથી અમે પણ શું કદી કોઈને બોલાવવા તેડાવવાને ઢીલ કરીએ એમ ધારો છો? પ્રસૂતિ કષ્ટાય છે, એવું જોતાં જ તુરત એક પડીકું ચોસડ ખવડાવી બેસીએ. અર્ગન્ટની જેમ આ દવામાં તો કાંઈ ભય નથી, કે ખૂબ જોઈ વિચારીને ખવડાવવું પડે.

સમજી—ના, એ દવામાં જરાય ભય નથી. એના એટલા બધા ગુણ છે કે કયો ગુણ વખાણું અને કયો છોડી દઉં! ડૉક્ટર સાહેબ પાસેથી એના બધા ગુણની પ્રશંસા સાંભળી છે. અને હવે તો મારા હાથે જ એના ગુણની ખાત્રી

પણ થયા કરે છે. હવે તો હું એ હવા સાથે લીધા વગર પ્રસૂતિને પ્રસવ કરાવવા જતી પણ નથી.

માણેક—એ હવા એવી છે પણ ખરી. ઠીક, અહિં પણ એ હવા લઈને જ આવ્યા હશે ?

સમજી—હાસ્તો. તે લઈ આવ્યા વગર ચાલે ખરું કે ? આ જીવો, એ હવા પણ મારા રૂમાલને છેડે બાંધી રાખેલી છે.

માણેક—ખરી વાત. તમારા કામમાં તો જરાય ખામી નથી.

સમજી—કામમાં ખામી ક્યેં કેમ ચાલે ? હાયણપણું કરવું એ શું સહેલું કામ છે કે ? એ જીવ હાયણના હાથમાં હોય છે. જરા જેટલી ભૂલથી—નજર પહોંચાડવામાં ચૂક્યાંથી પ્રસૂતિ અને છોકરાં, એ બંને માર્યા બચ એ તો તમે બણો છો ને ?

માણેક—હા. તમારી વાત સાંભળીને તો જીવ ટાઢો થાય છે. પણ “અર્ગટ ઓફરાઈ” અને આ હવામાં શું ઘણું ફેર છે ?

સમજી—આકાશ પાતાળ જેટલો. એ હવાની સાથે અર્ગટની સરખામણી જ થઈ શકે નહિ. અર્ગટ ખવડાવ્યાથી તો માત્ર પીડાનો જ વધારો થાય. જરાયુનું મોં નરમ પણ થાય નહિ, અને ખુલે પણ નહિ. વળી અર્ગટ ખવડાવ્યાથી

જે પીડા આવે તે પીડા પણ કંઈ જેવી તેવી નહિ. એ પીડા સહન કરવી અતિ મુશ્કેલ છે, અને આશુ જ રહે છે. એવી પીડાથી પ્રસૂતિ બહુ કષ્ટ પામે છે અને છેક નરમ પડી જાય છે. તે સિવાય છોકરું અવતરવાને વાર હોય તો અર્ગન્ટ આપી શકાય નહિ. આ વાત હું તમને આગળ જણાવી ગઈ છું તે તો તમને યાદ છે ને ?

માણેક—હા. તે તે વળી બૂલ્લાય કે ? એ બે બૂલી જઈ તો પછી યાદ રાખવાની શું હતી ? ઠીક આગળ તો કહો ?

સમજી—છોકરું આવવાનો વાર હોવાથી જો અર્ગન્ટ આપી ન શકાય, તો તમારે તેની દરકાર પણ શી છે ? પ્રસૂતિ કષ્ટાતી હોય, તો જ ઓસડ આપવાનું છે. અને ઝટ પ્રસવ કરી શકે તો તો તેનું કષ્ટાનું પણ મટી જાય, કેમ ?

માણેક—હા.

સમજી—ગમે તેમ, પણ અર્ગન્ટ એ કંઈ સરળ પ્રકારનું ઔષધ નથી. ખરાબર સમજી વિચારીને નહિ આપ્યાથી તો પ્રસૂતિ પણ મારી જાય.

માણેક—શું કહો છો ? એવું કેવી રીતે બને ?

સમજી—છોકરું અવતરવાનો માર્ગ જો સારો મોકળો ન હોય, (દા. ત. જરાયુનું મોં કઠણ હોય, સારી રીતે ખુલી શક્યું ન હોય.) તો પીડા અથવા વીણાના જોરથી જરાયુ ફાટી પણ જાય. અને જરાયુ ફાટી જાય, એટલે પછી પ્રસૂતિ બચી શકે ખરી ?

**માણેક**—ના. અર્ગટ ખવડાવ્યાથી જે રીતની પીડા થઈ આવે એમ કહો છો, તેનાથી એમ બને તેમાં કાંઈ આશ્ચર્ય પણ નથી. ત્યારે તો બહેન ! એ અર્ગટને પ્રજ્ઞામજ ! હવે એના વધારે વખાણુ સાંભળવાની ઇચ્છા થતી નથી. ડોક્ટર સાહેબના પેલા નવા ઔષધનાં જ ગુણુ બતાવો. એના ઉપરનો મારો વિશ્વાસ હવે વધુ બેઠો છે.

**સમજી**—હા જીઓ, એ દવા ખરડાવવાથી નીચેના ફાયદા કરાવે છે:—

૧. જરાયુનું મુખ સખત હોય તો તે નરમ થાય છે અને ખુલ્લું ન હોય તો તે ઉઘડી પણ જાય છે.

૨. પીડા થતી ન હોય તો પીડા થઈ આવે. પીડાનું જોર ન હોય તો તે જોર પણ અપાવે છે. સાધારણ પીડાની જરૂર હોય તો તેવી પીડા પણ તે અપાવી શકે છે. આ પીડાથી પ્રસૂતિને જરા પણ કષ્ટ થતું નથી.

૩. જરાયુનું મુખ સખત હોવાથી, પીડા થયા બાદ તેના મુખ આગળ એક પ્રકારની જે સખત પીડા થાય છે અને તેને લઈને પ્રસૂતિ બારે ચીસો પાડે છે. ક્યારેક તો રડાડોળ પણ કરે છે અને પકડી પણ રહેતી નથી તેવી પીડાકારી સ્ત્રીઓને જો આ દવા આપવામાં આવે તો માત્ર અર્ધા કલાકમાં જ તેમની એ પીડા મટી જાય છે અને તેમનું દુઃખ નરમ થઈ જાય છે.

૪. ઇચ્છામાં આવે ત્યારે આ દવા પ્રસૂતિને આપી શકાય છે.



૫. આ હવા આખ્યાથી જરાયુનું બળ ખૂબ જ વધે છે અને અંદરથી છોકરું એકદમ સરી પડે છે.

૬. આ હવાથી છોકરું સહજમાં જ અવતરે છે અને જોર પણ સહેલાઈથી પડે છે.

૭. એ હવાથી લોહી પણ વહેતું નથી.

૮. પ્રસૂતિને એનાથી તરત પ્રસવ થાય છે.

૯. એનાથી એનું બળ, સ્ફૂર્તિ વધી જાય છે અને સુવાવડનું હુઝાર પણ તેને લાગતું નથી.

આ બધા ગુણો એ હવાના છે. એના ગુણો ફરીથી ગણાવો તો ?

માણેક—આટલા બધા એના ગુણ છે ? ત્યારે તો એની આગળ અર્ગન્ટ પાણી ભરે. એ એસડથી જ્યારે લોહી પડવાનું પણ બંધ થઈ જાય છે, ત્યારે અર્ગન્ટનો ઉપયોગ શા માટે કરવો જોઈએ ?

સમજી—હા, સાચું છે. એ હવા મળ્યાથી અર્ગન્ટને કોઈ વાપરે પણ નહિ.

માણેક—ત્યારે તો અર્ગન્ટને બાબુએ રાખીને આજ હવાનો વપરાશ કરવો જોઈએ. એનામાં જ્યારે આટલા બધા ગુણ છે ત્યારે બીજી હવાને શા માટે અડકવું જોઈએ ? કેમ ખરું ને ?

સમજી—હા, ખરી વાત છે.

માણેક—પણ એ હવાનું નામ તો તમે કહ્યું નહિ ?

સમજી—એ ઓસડ એક ઝાડનાં મૂળની છાલ છે. એનું નામ છે ઇપીકાકયુઆના. દૂકમાં એને ઇપેકા કહીએ તો પણ ચાલી શકે.

માણેક—ત્યારે તો ઇપીકાકયુઆનાના કરતાં ઇપેકા કહેવું જ ઠીક પડે. પણ એ ઝાડ ક્યાં થાય છે ?

સમજી—અમેરિકામાં, આપણા બજારોમાં અંગ્રેજી દવાવાળાઓને ત્યાંથી એ મળી શકે છે.

માણેક—ત્યારે તો આ દવા સહેલાઈથી પણ મળી શકે છે. હવેથી હું દરેકની આગળ તેના જ ગુણ વર્ણવ્યા કરીશ !

સમજી—હા, એવું જ એ ઔષધ છે.

માણેક—ઇપેકાનું પડીકું દરેક વખતે કેટલું આપવું જોઈએ ?

સમજી—૩ ગ્રેન (ઘડિ ભાર) જેટલું.

માણેક—ત્યારે આવું ઓસડ તમારી પાસે હોવા છતાં પણ મણીને શા માટે કપાવા દીધી ?

સમજી—શું મણી દુઃખ પામી છે ? એને તો રમતાં રમતાંમાં પ્રસવ થઈ ગયો.

માણેક—મણીના જરાયુનું મ્હોં ખુલતાં વાર થઈ નહોતી ?

સમજી—ના, કંઈ જ નહિ. એને તે વળી વાર થઈ કહેવાય કે ? વાર લાગવાનાં ચિન્હ હું જોત તો શું હું

નિરાંતથી રહેત ખરી કે? તરતજ હવાનું એક પડીકું આપી દેત.

માણેક—પણ એક વાત પૂછું. ડોક્ટરો જે પ્રસૂતિ-ઓને યંત્ર એટલે કે અમત્યનાં ઓબરોનો ઉપયોગ કરીને પ્રસવ કરાવે છે, તેવી પ્રસૂતિઓને એ ઓસડ ખવડાવી દીધાથી, તેઓને શું આપોઆપ (યંત્રની મદદ વગર) પ્રસવ થઈ શકે નહિ?

સમજી—આ તમે ઠીક પૂછ્યું. ડોક્ટર સાહેબે પણ આજ વાત મારી આગળ કરી હતી. તેમણે કહ્યું હતું કે, ઓસડનો જેવો ગુણ જણાય છે, તેનાથી તો એમ લાગે છે કે, હવે અમારે યંત્રોનો ઉપયોગ કરીને પ્રસવ કરાવવો નહિ પડે. એક દાખલો આપું? એક પ્રસૂતિનો પ્રસવનો માર્ગ જરા સાંકડો અને કડણ હતો. બધાએ એમ ધાર્યું કે એને શસ્ત્રો દ્વારા જ પ્રસવ કરાવવો પડશે. પરંતુ ના, તેમ ન બન્યું. હવાના એ ત્રણ પડીકાં ખવડાવ્યાથી સહજમાં જ વગર હરકતે તેને પ્રસવ થઈ ગયો. આ હવા લીધાથી તેનામાં એવો તો ગુણ છે કે તે પેટની અંદરના બચ્ચાંને તરતજ વગર ઢીલે અને હરકતે બહાર કાઢી દે છે. બચ્ચાંને બહાર કાઢી દેવાની જરાયુમાં જે એક પ્રકારની શક્તિ છે, તે શક્તિનો એ હવાથી ખૂબ વધારો થાય છે. માત્ર એટલું જ નહિ પણ જો જરાયુનું મુખ સખત હોય તો એ હવા તેને ખૂબ નરમ કરી મૂકે છે અને જો પ્રસવ દ્વાર ખુલ્લતા વાર લાગતી હોય તો તે તેને ત્વરાથી ખુલ્લી કરાવી દે છે. આટલા બધા ગુણોવાળું બીજું કોઈ ઔષધ હોય એમ હું માનતી નથી.

માણેક—ત્યારે તો હું પણ એ દવાની બહેરાત કરતી ફરીશ. અને સૌને તેના ગુણ સમજાવીશ.

સમજી—દરેક વસ્તારીએ પોતાના ઘરમાં આ ઔષધ તો અવશ્ય રાખવું જ જોઈએ.

માણેક—હા, એ સાચું જ છે. પછી ?

સમજી—સાંભળો ! પ્રસવની પહેલી અને બીજી અવસ્થા એવી છે કે એમાં પ્રસૂતિ અને બચ્ચું એમ બેની આપણે કાળજી રાખવી જરૂરની છે. જ્યારે પ્રસવની ત્રીજી અવસ્થામાં તો આપણે માત્ર પ્રસૂતિનું ભવું થાય તેના ઉપર જ ધ્યાન આપવાનું છે.

માણેક—એ તો સાચું જ છે. બચ્ચું વગર હરકતે આવ્યું એટલે પછી તેને માટે કંઈ ફિકર રહે નહિ. પછી તો માત્ર પ્રસૂતિને માટે જ જીવ ઉંચો રહે.

સમજી—પ્રસવની ત્રીજી અવસ્થામાં દાયણ ખૂબ સાવધ થઈને અને જોઈ વિચારીને કામ કરે તો પ્રસૂતિને લોહી વહેવાનો ભય રહે નહિ, અંખોઈ અમળાયાથી બહુ દુઃખ ન પામે, અને ત્યારપછી તેને કંઈ પણ પીડા કે દુઃખ થાય નહિ.

માણેક—એમ ? ત્યારે તો પ્રસવની ત્રીજી અવસ્થામાં જ દાયણની બુદ્ધિ, ચતુરાઈ અને તેની આવડતની ખાસ જરૂર રહેલી છે.

સમજી—હા, બહુ જરૂર ખરી જ. નહિ તો આટલું સ્પષ્ટ કહું શું કામ ?

માણેક—ત્યારે કહોને સમજી બહેન ! કે દાવણનામાં કેવી બુદ્ધિ અને આવડત વગેરે હોય તો તે કાવી શકે ?

સમજી—બુદ્ધિ વગેરેથી કાવવાનું. આકળી ઉતાવળી થઈને ઓરને તાણીને બહાર ખેંચી કાઢે નહિ એટલે થયું. ઓર તાણીને બહાર ખેંચી કાઢવામાં જે નુકશાન છે, તે તો પ્રથમ જ કહી ગઈ છું. કેમ, તમને એ યાદ છે ને ?

માણેક—એ તે વળી યાદ ન રહે એમ કેમ બને ? એમ થાય તો પછી આટલી બધી પડપૂછ અને લમણાઝીક કરીને તમારી પાસેથી હું શીખું શું કરવાને ?

સમજી—ઠીક, પહેલાં મેં કહ્યું હતું કે, છોકરાની ગરદન બહાર ફેંખાય એટલે સુવાવડીના પેટ ઉપર હાથ મૂકીને જરાયુના ભાગને જરાક દાબીને પકડી રાખવું. તે બાદ છોકરાની છાતી, પેટ, પૂંઠ વગેરે જેમ જેમ બહાર આવતું રહે, તેમ તેમ જરાયુને તમારી મૂઠમાં આણવાની તજવીજ કરતાં રહેવું. દાવણની પાસે તે સમયે બીજું કોઈ ન હોય, તો તેણે પોતે જ જમણા હાથની હથેળીમાં છોકરાનું માથું ઝીલી રાખવું, અને ડાબા હાથથી જરાયુને ઉપર કહ્યું તેમ પકડવું. છોકરાની છાતી, પેટ, પૂંઠ, સાથળો વગેરે બહાર આવવાને વખતે પ્રસૂતિના પેટ ઉપર હાથ મૂકી એવી રીતે પકડી રાખ્યાથી લોહી વહેવાનો ભય રહેતો નથી.

માણેક—છોકરું અવતરે એટલે શું કરવું ?

સમજી—પછી ઓરને ખેંચીને બહાર કાઢવાની ઉતાવળ કરતાં, કલાકેક સુધી જરાયુને એવી રીતે હાથ વતે

પકડી રાખવું. હાથ વડે એમ જરા હાલીને પકડી રાખ્યાથી જરાયુ સંકોચાઈને નાતું થઈ જવામાં જરાએ અડચણ નહિ નડે. અને એ કલાકેકની અંદર જ જરાયુના અંગ અથવા શરીરમાંથી ઓર છૂટી પડી જશે અને એમ છૂટી પડી એટલે પછી તેને બહાર નીકળી પડતાં વાર લાગશે નહિ.

માણેક—ઓત્તારીની ! આ કારણને લઈને જ અશિક્ષિત હાયણોના હાથે પ્રસૂતિઓ મારી બચ છે. જરાયુના અંગમાંથી છૂટી પડ્યા વિના ઓર બહાર પડી શકે નહિ, એ વાત તેઓ સમજતી ન હોવાથી જ કિતાવળ કરીને ઓરને જરાયુના અંગમાંથી ખેંચી-તોડીને બહાર કાઢે છે.

સમજી—હા, એમ કરીને તેઓ પ્રસૂતિને જોખમમાં મૂકી દે છે.

માણેક—ઓર ન પડે તો શું કરવું ?

સમજી—આશરે કલાકેકની અંદર જો ઓર ન પડે, તો પ્રસૂતિના પેટ ઉપર હાથ મૂકી, જરાયુનો ઉપલો ભાગ પકડી આંમળો દઈને તથા દબાવીને ઓરને બહાર કાઢી નાખવી.

માણેક—દબાવીને એટલે શું, તે સ્પષ્ટ સમજાવોને ?

સમજી—પ્રસૂતિના પેટ ઉપરથી તમારા હાથના અંગુઠા પાસેની આંગળીનું ટેરવું પેટમાં નાખી યુક્તિથી ધીમે ધીમે વાળી વાળીને જરાયુની પાછળ એવું ફેરવી દેવું કે જેથી જરાયુનું માથું તમારી હથેલીમાં આવી બચ. પછી જરાયુ જ્યારે તમારા હાથને સખત લાગે ત્યારે તેના

આથાને ખૂબ ભીંસીને દાખવું. જો આંગળી વડે બરાબર વાળી શકો અને ભીંસીને દાખી શકો, તો તે દબાવુથી જ ઓર અને લોહીના લોચા કે જે કાંઈ જરાયુની અંદર હોય તે બહાર નીકળી આવે. જેમ કોઈ એક પાત્રી કેરીને તેના ડીંટાની તરફ ભીંસ દઈને દબાવ્યાથી છોડાની અંદરથી ગોટલો બહાર નીકળી પડે, તેવી જ રીતનું આ પણ સમજવું.

માણેક—પણ એક વાર એ પ્રમાણે દબાવ્યાથી ઓર ન જ નીકળી આવે તો શું કરવું ?

સમજુ—જરાયુ ફરીથી સખત થાય એટલે પાછું એવી રીતે દબાવવું. પણ છોકરું અવતર્યા બાદ કલાકેક વાર બેઈને જો એ પ્રમાણે દબાવી શકો, તો બીજી વાર મહેનત કરવી જ નહિ પડે. એક વખત ક્યોથી જ ઓર પડી જશે.

માણેક—પણ ક્યારેક બે વાર એવી રીતે ક્યાં છતાં પણ જો ઓરને બહાર કાઢી શકાય નહિ, તો કયો ઉપાય અજમાવવો ?

સમજુ—પ્રસવના દ્વારની અંદર એક કે બે આંગળીઓ નાખી જોવું કે, તેમાં ઓર આવી રહેલી છે કે નહિ ? જો હોય, તો તે આંગળીઓ વડે જ તાણીને બહાર ખેંચી કાઢવી.

માણેક—પણ પ્રસવના દ્વારની અંદર જો ઓર આવેલી ન હોય તો ?

સમજુ—જરાયુના સુખની અંદર આંગળી નાખીને જોવું કે, પ્રસવના દ્વારની બહાર સુધી જે નાડી અથવા નાખ

લટકે છે, તે નાળ જરાયુના અંદર સુધી લાંબાયલી છે કે નહિ? જો હોય તો જાણવું કે, જરાયુના અંગમાંથી ચોર છૂટી પડી નથી.

માણેક—એ જાણ્યા બાદ શું કરવું?

સમજી—પાછું પ્રથમની જેમ જરાયુના માથા ઉપર દાખવું. પણ ચાહ રાખવું કે, ચોરને તાણીને બહાર કાઢવાનો પ્રયત્ન તો ન જ કરવો. ચોર પડ્યા બાદ પંદર-વીસ મીનીટ સુધી જરાયુને ઉપર કહ્યું તે રીતે દાખી રાખવું. બાદ લોહીના ગાંઠા-લોચા વગેરે બહાર કાઢી નાખવા માટે ધીમે ધીમે જરાયુ ઉપર દબાવું કરવું તથા તેને આમતેમ ધક્કો મારવો. બાદમાં પેલું એસડ ‘અગંટ એફ રાઇ’ નું એક પડીકું ખવડાવી દેવું. ચોર પડ્યા બાદ જરાયુ પાછું મૂળ સ્થિતિમાં એટલે કે સંકોચાયલી હાલતમાં આવી જવું અગત્યનું છે એટલે તેમ કરવાને માટે આ દવા સારી છે. એનાથી લોહી પડવાનો કે વહેવાનો ભય પણ રહેતો નથી.

માણેક—હીક, અગંટ અને ઇપેકના જે ગુણો તમે આમળ જણાવી ગયાં તે ઉપરથી તો એમ માલમ પડે છે કે, આટલી બધો જીક્ત કરીને ચોર પાડવાની જરૂર શી છે? એ બે દવાથી જ ચોર પડે એ જાણ્યું બસ નથી?

સમજી—હા, એ ખરૂં છે, તો પણ જીદા જીદા ઇલાજો અને જીક્ત ઘણી રાખવા એ સાચું છે. જ્યારે જે બને ત્યારે તે કામ લાગે. ઉપાય જેટલા વધારે જાણી રાખ્યા હોય એટલું વધુ સાચું!

માણેક—હા, એ પણ ખરી વાત છે.



સમજી—ઝોર પડ્યા પછી પણ પાણીની થેલી તો બહુ કરીને પ્રસવના દ્વારની અંદર જ રહે છે. તેને વળ હથેને તાણીને બહાર કાઢ્યાથી તે બધી બહાર નીકળી આવે છે. જરાય અંદર રહેવા પામતી નથી. •

માણેક—હા. પણ મણીની ઝોર એની મેળે જ પડી અર્ધ, એ ઈશ્વરનો પાડ માનો.

સમજી—હું તમને પહેલેથી જ કહી ચૂકી છું કે, ઝોરને ખેંચીને બહાર કાઢવી પડતી નથી. એની મેળે જ પડે. તે છતાં તમારી હાથણા જે તકામાર કરીને ઝોરને ખેંચીને બહાર કાઢે છે, તે તેઓની મોટી ભૂલ છે. એનાથી કેવું સત્યાનાશ વળે છે, તેની તેઓને ખબર નથી હોતી.

માણેક—ત્યારે તો છોકરું આવ્યા પછી કલાકેક સુધી બાર જોયા વગર ઝોરને બહાર કાઢવાનો પ્રયત્ન પણ ન કરવો જોઈએ, કેમ ખરું ને ?

સમજી—હા. એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જરૂરની છે.

માણેક—હવે મણીના પેટ ઉપરથી મારો હાથ લઈ લઉં ?

સમજી—થોડીવાર બાહ. પેલો ફલાલીનનો મોટો કટકો લાવો જોઈએ ?

માણેક—તે તો મારી પાસે જ છે. પણ એને લઈને શું કરશો ?

સમજી—તે હવે તમને સમજાવું છું. મણીના પેટની નીચેથી તે છાતીના ઉપરના ભાગ સુધી એ સારી રીતે ખેંચીને બાંધી હથે. ઝોર પડ્યા બાદ જરાયુ સંકેતો આઈને

નાતું અને સખત થઈ ગયું હોય ત્યારે પ્રસૂતિના પેટને આવી રીતે બાંધી દેવું જરૂરનું છે.

માણેક—એમ કરીને કપડા વતી પેટ બાંધ્યાથી શું થાય ?

સમજી—કપડા વડે આવી રીતે પેટ બાંધ્યાનાં ઘણું ગુણ છે. ૧. લોહી વહે નહિ. ૨. પેટના ઉપર કપડું બાંધ્યાથી દબાણ રહે અને એથી પ્રસૂતિને શાન્તિ વળ્યા જેવું લાગે. ૩. પેટની ચામડી ઠીલી પડી જઈને લટકે નહિ અને તે આછડજ રહે. આ મુખ્ય ત્રણ ફાયદા છે.

માણેક—ઠીક, કેટલા દિવસ સુધી એમ પેટ બાંધી રાખવું જોઈએ ?

સમજી—દસ દિવસ. એ દસ દિવસમાં એક વાર પણ પ્રસૂતિએ ખાટલામાંથી ઉઠીને ઉભા થવું નહિ.

માણેક—ઠીક, પણ અમારી હાયથો તો પ્રસૂતિને છૂટાછેડા થતાં જ થોડીવાર બાદ ઉઠીને બેસવાને કે ઉભી થવાને કહે છે, તેનું કારણ શું ?

સમજી—આ તો પ્રસૂતિ પર જીલમ કયો કહેવાય. આવું થઈ જ ન શકે. પ્રસૂતિ અશક્તિને લઈ બેભાન પણ થઈ જાય અને તે જ વખતે મરી પણ જાય. વળી મુઝબ લોહી તૂટી પડવાનો પણ એનાથી પૂરો સંભવ છે.

માણેક—ઓ મા ! આમ છે ? અમારી હાયથો તો અમને જુદું જ સમજાવે છે. તેઓ કહે છે કે પ્રસવ બાદ હઠ્યા પછીથી પેટમાંની બધી પીડા બહાર નીકળી જાય છે. પણ તમે તો જુદું જ કહ્યું !

સમજી—અને આથી જ આટલી બધી પ્રસૂતિઓ મારી જાય છે. અબાણુ દાયણોને હવે તો દેશવટો જ આપવો જોઈએ.

માણેક—હું પણ એ જ મતની છું.

સમજી—તમારી દાયણો એમ સમજે છે કે પ્રસૂતિને પ્રસવ થયા બાદ લોહી વહેવું જ જોઈએ. પરંતુ એ તેઓની ભૂલ છે. બરાબર નિયમ પ્રમાણે પ્રસવ કરાવી શકાય તો જરા પણ લોહી વહે જ નહિ.

માણેક—એમ ? આમ થાય ખરું ?

સમજી—હા. કેમ નહિ ? શું મળીને કાંઈ લોહી વહ્યું છે ?

માણેક—ના, તમારી વાત તો ખરી લાગે છે !

સમજી—આવી રીતે પ્રસવ કરાવ્યાથી કોઈ પણ પ્રસૂતિને લોહી ન વહે. લોહી વહેવું એ કાંઈ જેવી તેવી વાત નથી. પ્રસવ વખતે લોહી વહ્યાથી જ પ્રસૂતિઓ અશક્ત બની જાય છે અને તેઓ ટટાર બની શકતી નથી.

માણેક—એમ છે ? આ તો હું જાણતી પણ નહોતી. તમારી પાસેથી હું ઘણું નવું શીખી છું. આવું બધાં જો શીખે તો આ વિષયની અજ્ઞાનતા દૂર થઈ જાય અને પ્રસૂતિઓનાં કરમાઈ જતાં જીવનમાં સજીવતા આવી જાય.

સમજી—ખીચું કહું છું તે પણ સાંભળો. પ્રસવને એક દિવસ અને એક રાત થઈ જતાં સુધી પ્રસૂતિએ ખાટલામાંથી એક વાર માટે પણ ઉઠવું નહિ. પિશાબ-પાણી કરવાં હોય તો તે પણ ખાટલામાં જ. દશ-દિવસ સુધી તેને

સાવચેતી રાખી આ આજ્ઞા પાળવા માટે કહેવું. બહુ ઉંઠે બેસ કરવા દેવી નહિ.

માણેક—પ્રસૂતિને ખોરાકમાં શું આપવું ?

સમજી—પહેલા બે દિવસ માત્ર થોડું દૂધ અને સાબુ-ચોખાની કાંણ, રહા, દૂધ અને કાંણ દિવસના બે-ત્રણ વાર આપી શકાય.

માણેક—અને ત્રીજે દિવસે ?

સમજી—તે દિવસે પણ એ ખીર જ અપાય તો સાઈ.

માણેક—કેમ ? એ દિવસે અનાજ માટે શું વાંધો છે ?

સમજી—ત્રીજે દિવસે છાતીમાં દૂધ છૂટે છે. અને એની શંકાથી પ્રસૂતિને જરા તાવ જેવું પણ લાગે છે. આથી જો ભાત આપવામાં આવે તો તાવ વધી પડે. અને તેનાથી પ્રસૂતિને પીડાવું પડે. એટલે એ દિવસે ભાત ન આપ્યો હોય તો સાઈ. આવું મેં અનેક ઠેકાણે જોયું છે.

માણેક—ત્યારે તો હું મારી મણીને ચાર દિવસ સુધી દૂધ અને કાંણ ઉપર જ રાખીશ. જ્યારે હું જોઈશ કે થાનમાં ધાવણ આવ્યું છે અને તેનાથી તેને જે તાવ આવ્યો હતો તે હવે સારો થઈ ગયો છે ત્યારે જ હું તેને ભાત ખાવા માટે આપીશ. ત્યાં સુધી દૂધ ઉપર જ રાખીશ. અને એનાથી કંઈ નુકશાન પણ થવાનું નથી કેમ સમજી બહેન ?

સમજી—તમારું કહેવું વ્યાજબી છે. ચાર-પાંચ દિવસ અનાજ ન ખાઈએ તો કંઈ મરી જવાતું નથી. તમારા જેવી વાત જો બધી બહેનો સમજે તો કેવું સાઈ ?

સુવાવડમાં પ્રસૂતિનું શરીર કથળે, તેને તાવ વગેરે આવે એ વાળું જ નુકસાનકારક ગણાય.

માણેક—એમ ?

સમજી—હા. આટલું સાદું પણ તમે સમજી શકતાં નથી ! સુવાવડમાં સ્ત્રીનું શરીર કથળે તો તેના સ્તનમાં દૂધ આવી કે રહી શકે ખરું ? અને ધાવણ સૂકાઈ ગયું એટલે બચ્ચાંના તો બાર જ વાગી જાય ! માના ધાવણ વગર છોકરું મોટું કરવું એ કેટલું મુશ્કેલ અને કપરું છે તે તમે જાણતાં તો હશે જ !

માણેક—હા, ઈશ્વર કરે ને એવો દિવસ કોઈ પ્રસૂતિને ન આવે. પણ ગાયના દૂધથી બાળકને ઉછેરી શકાય ખરું ?

સમજી—ના, કુમળા છોકરાં એવા ઢારનાં દૂધથી ઉછેરી ન શકે. માતાનું દૂધ જ તેમને પોષણ આપનારું થઈ પડે છે. અને આપણા દેશમાં જે બાળમરણની સંખ્યા વધુ જણાય છે તેનું કારણ પણ આજ છે.

માણેક—હું તો જીડું જ ધારતી હતી. પણ ઢારનું દૂધ પાવામાં દોષ શો ?

સમજી—દોષ શો ? એ જ હવે હું તમને કહું છું. કાચું નરમ નાનું બચ્ચું ગાયનું દૂધ હજમ કેવી રીતે કરી શકે ? લાગલગાટ બે-ત્રણ દિવસ જો એવું દૂધ એ પીયે તો તેને ઝાડા જ છૂટી જાય. અને આવા ઝાડામાં કુલ જેવું નરમ છોકરું કેટલા દિવસ ટકી શકે ? દૂધ સમયમાં જ એ અશક્ત થઈ મરી જાય. આપણા દેશમાં કુમળા અને ખીલતાં છોકરાઓનો આવી જ રીતે લોગ લેવાય છે.

પેલા મકનજી દલાલની વહુનો છોકરો સાત જ વાસામાં માત્ર ઝાઝાથી જ મરી ગયો હતો તે તો બહુ છે ને ?

માણેક—હા. ઠોરોનું દૂધ પાવામાં શું દોષ છે તે હવે હું સમજી. પરંતુ બહેન એક વાત પૂછું ? અમારી માન્યતા છે કે સુવાવડી સ્ત્રીને દૂધ અપાય નહિ. કારણ, દૂધ પીવાથી બાળકની નાડી પાકે. તો એ શું ખરું છે ?

સમજી—તદ્દન ખોટું. તમારા લોકોની આવી માન્યતાઓથી તોભા ! મારા હાથ નીચે અનેક સ્ત્રીઓ સુવાવડ કરી ગઈ છે. પરંતુ કોઈની નાડી મેં પાકેલી જોઈ નથી. અને નાડીમાં વળી પાકવા જેવું શું છે ? નાડી તે પેલી પોનાડી કે જેને જરાયુ કહે છે તે જ ને ? એ જરાયુમાં પાકે શું ? અને કદાચ જો જરાયુ પાકે તો પ્રસૂતિ શું બચવા પામે ખરી કે ?

માણેક—એ તો હું બાણતી નથી. પણ બધા કહે છે એટલે હું પણ આવું સમજતી હતી. સારું થયું કે તમે મારી આ માન્યતાને પોકળ ઠેરવી. હું પણ હવે બધાને આ વાત કહેતી ફરીશ. ઠીક, પણ બહેન સૂંઠ ખવડાવવાનું અને શેક કરવાનું શું ?

સમજી—સૂંઠખૂંઠ ખવડાવવાની જરાય જરૂર નથી. એનાથી કંઈ ફાયદો થાય છે એમ હું માનતી નથી. એથી તો ઉલટું પ્રસૂતિને દુઃખ થાય છે. પ્રસૂત્ર થતાં પ્રસૂતિને જેટલું દુઃખ પડતું નથી તેટલું દુઃખ સૂંઠ ખાવાથી પડે છે. ઘણી સૂંઠ ખાવામાં આવે તો પેટમાંનો અગ્નિ મંદ પડી જાય છે. અને પેટમાં લાલ્લ કાઠે છે અને મરડો તથા બીજા

શાગ પણ થઈ આવે છે.

માણેક—સાચું છે. આટલા માટે જ મેં તમને આ પ્રશ્ન કર્યો હતો. જો કંઈ લાભ જ નથી તો પછી શા માટે એ આપવી જોઈએ ? હું પણ શેકતું શું ?

સમજી—શેકતું પણ એવું જ. શેક શેક કરીને તમે તો છોકરાં અને પ્રસૂતિઓને પણ જીવતી શેકી નાખી છે ! ખોટું નહિ લગાડશો. પ્રસૂતિ તો હજી શેક જેમ તેમ સહન કરી શકે પરંતુ કાચું-કુમળું છોકરું એ કેવી રીતે સહી શકે ? મેં એવાં ઘણાં છોકરાં જોયાં છે, કે જેમને શેક-તાપથી ફાટ્યા ઉઠ્યા છે. અને આ ફાટ્યાની પીડાથી તેઓ બિચારાં માયાં જાય છે.

માણેક—તો પછી શેક ન જ કરવો એમ ને ?

સમજી—હા. પણ શેક જો સંભાળથી અને ખૂબીપૂર્વક કરવામાં આવે તો તે નુકશાનકારક નથી. પરંતુ તમે લોકો તો હજમડી કે કોઈ અણુધડ હાથણને આ સોંપી દો છો અને વળી આવી હાથણ તો શું સંભાળ રાખવાની હતી ? એટલે અર્થનું અનર્થ જ થઈ જાય છે. શેક જો બિચારીને કરવામાં આવે તો ફાયદો જ છે.

માણેક—એમ છે ? તો કહોને, શેક કેવી રીતે કરીએ તો સારો ગણાય ?

સમજી—તમે જે રીતે નાળને શેક કરો છો તે રીતથી નાળને શેક કરવામાં આવે તો ફાયદા કરતાં નુકશાન જ વધુ છે. દીવાની વાટ ઉપર હાથનો અંગુઠો ગરમ કરીને તેનો શેક કયાં કરવામાં આવે તો કાચા નાળમાં તેની ચોતરફ

તેલની મેશ લાગી જાય છે અને વળી છોકરાંના નાળ કે જે જલદી સુકાતાં નથી અને ઘણાંખરાંનાં જે પાકી ઉઠે છે તેનું કારણ પણ આ જ છે. વળી કાચા નાળ ઉપર અંશુકાનો ભાર મૂકવો એ પણ સલામતીભર્યું નથી. એનાથી નાળમાં એવી પીડા થઈ આવે છે કે જેને લઈને તાણુ-આંચકીનો રોગ પણ થઈ આવે છે. જે છોકરાનો નાળ પાકે તેને ઘણી પીડા સહેવી પડે છે.

માણેક—નાળને શેક કરવામાં આટલું બધું જોખમ છે એ તો મેં આજે જ બાથનું પણ ઠીક, નાળ પાકે તો તે મટાડવાનો ઇલાજ શું ?

સમજી—નાળને ગરમ પાણી વડે સાફ કરવો અને ફલાનીનની ગરમ પોલ્ટ્રીસ રોજ આર પાંચ વાર તેના ઉપર મૂકવી. આમ કર્યાથી નાળ જલદી સૂકાઈ જશે. સાફસુકે રાખવાનું જ ખરું કામ છે. એમ ન કરવામાં આવે તો તેનું પરિણામ ખરાબ જ આવવાનું.

માણેક—ઠીક, છોકરાના શરીરમાં અને માથામાં પાણી હોય છે, તે એવી રીતે શેક કર્યાથી જતું રહે છે, એમ લોકો કહે છે, એ શું સાચું હશે ?

સમજી—એવાં ગપ્પાં પર તમારે વિશ્વાસ કરવો નહિ. એ બધું ખોટું છે. એમ જો હોય તો અગ્રેજ લોકનાં છોકરાં જીવત જ નહિ. તેઓ તો શેક તાપ કંઈ જ કરતા નથી.

માણેક—હવે સમજી. વધુ તમારે કહેવું નહિ પડે. ઠીક, પ્રસૂતિના પેટ ઉપર શેક કરી શકાય ખરો કે નહિ ?

સમજી—કરી શકાય. એનાથી કંઈ નુકશાન નથી.



પ્રસૂતિને એનાથી આરામ જેવું જણાય. પરંતુ પેદુની નીચેથી છાતી સુધી જે રીતે લૂગડું બાંધી રાખેલું છે તેનાથી હવે બીજું કંઈ કરવું પડશે નહિ. મણીને એનાથી ઠીક રહેશે.

માણિક--એમ થાય એટલે થયું. પ્રસૂતિ સારી રહે એ જ બેઠંએ છે.

સમજી--આપણામાં સુવાવડી સ્ત્રીએ દસ દિવસ સુધી ખાટલામાં રહેવાનો જે ચાલ છે, તે બહુ સારું છે. એ દસ દિવસ સુધી તે સુવાવડના ચોરડામાંથી ઘણું કરીને બહાર નીકળતી નથી. એ રિવાજ જેણે શોધી કાઢ્યો છે અને તેને અમલમાં મૂક્યો છે તે બહુ બુદ્ધિશાળી માણસ હોવો બેઠંએ.

માણિક--પરંતુ આજે તો ઘણી પ્રસૂતિઓ એ નિયમ અમલમાં મૂકતી પણ નથી.

સમજી--કેમ ? એમાં તેમનું શું બાય છે ?

માણિક--લખા પટેલની સ્ત્રી દસ વાસાની અંદર તળાવમાં જઈને નાહી આવો. સુવાવડીના જેવા કશાએ નિયમ બિયમ પાળતો નથી !

સમજી--એ તો બહુ જ ખોટું. એમ ક્યાંથી તો લખાના બાપની પણ તાકાત નથી કે તે એ સુવાવડીને બચાવી શકે. એવી રીતે ગમારની પેઠે નહાયા ધોયાથી કેટલીય સુવાવડીઓ ધનુર્વાથી મરી ગઈ છે, તે કહી શકાતું નથી.

માણિક--એમ કે ? આવી વાત સાંભળીને માફ તો કાળજી ધડકી ઉઠે છે. પ્રસૂતિઓ આ બધું બાંધી શકે તો જ દેશનો બચાવ થાય. ઠીક, પછી આગળ કહો. તમારી ક્યાંથી

એ બધું તો મેં બાણી સાંભળીને શીખી લીધું. તમારા વગર બીજું કોણ મને આ જણાવી શકત.

સમજી--હું તમને જે જે વાત કહું તે તમે ધ્યાનથી સાંભળી ચાહ રાખશો તો તમે પણ એક હોશિયાર દાસ્ય થઈ શકશો.

માણેક--ખરી વાત છે. હવે મણીને લગતું બધું કામ થઈ ચૂક્યું ને ?

સમજી--હા, હવે માત્ર થોડાક નિયમ કહું છું એટલે પત્યું.

માણેક--કહો ત્યારે ?

સમજી--પ્રસવ થયા પછી પ્રસૂતિ થોડીક ટટાર થાય, અને નાલબાલ કાપવામાં આવે, એટલે તેને થોડીક ઊંઘ આવે તેમ કરવું જોઈએ. ઊંઘવું એ બહુ જ સાફ છે. એનાથી પ્રસવની પીડા ઓછી થઈ જાય છે.

માણેક--તો ઊંઘ લાવવાને માટે શું કરવું જોઈએ ?

સમજી--ખાસ કંઈ કરવાનું નથી. સુવાવડના ઓરડામાં શાન્તિ હોવી જરૂરની છે. ગડબડ-ઘોંઘાટ ન કરવાથી પ્રસૂતિને શાન્તિથી ઊંઘ આવી જશે.

માણેક--ત્યારે સુવાવડના ઓરડામાંનો ઘોંઘાટ હાલ જ મટાડી દઉં છું. ઠીક પછી શું કરવું જોઈએ ?

સમજી--એક સારો અને સાફ કકડો લઈ તેની મડી વાળી દેવતા ઉપર તેને ધરવો અને પછી પ્રસૂતિના પ્રસવ દ્વાર ઉપર અને તેની ચારે બાજુ મૂકવો.

માણેક--આમ કર્યાથી શું થશે ?

સમજી—પીડામાં ફેર પડી જશે

માણેક—એક જ વાર એમ દેવતા પર ધરી ગરમ કરીને મૂક્યાથી ચાલશે ખરું ?

સમજી—ના, કકડો ઠંડો થઈ જાય એટલે તેને પાછો ગરમ કરીને મૂકવો જોઈએ.

માણેક—આમ કેટલા દિવસ સુધી કરવું જોઈએ ?

સમજી—એની કંઈ ગણતરી નથી. પીડા શમી જાય એટલે પછી એને મૂકવાની જરૂર નથી અને પીડા શમતાં બહુ તો એ કે ત્રણ દહાડા લાગે. મુખ્ય વાત એ કે, એ લૂગડાને કકડો સાફસુક અને ગરમ રહેવો જોઈએ. મેલો ગંદો થાય કે તરત બદલી નાંખવો જોઈએ.

માણેક—હવે સમજાયું. ઠીક, પીડા શમ્યા પછી શું કરવું ?

સમજી—ગરમ દૂધ અને ગરમ પાણી સરખા લાગે મેળવીને તેનાથી એ વાર પ્રસવના દ્વારને સાફ કરી નાંખવું.

માણેક—એથી કાયદો શો ?

સમજી—એનાથી શરીર સાફસુક રહેશે, એટલું જ નહિ પણ પ્રકૃતિ પણ જલદી ટટાર થઈ જશે.

માણેક—ત્યારે તો એ જરૂરી ખરું.

સમજી—વળી પ્રસવ થયા પછી પ્રસૂતિના પ્રસવના દ્વારમાંથી થોડા દિવસ સુધી જરા જરા લોહી નીકળતું રહે છે. તે લોહી ત્રણ, ચાર, કે પાંચ દિવસ સુધી તો રંગવાળું

હોય છે. પણ ત્યાર બાદ તેનો રંગ ધીમે ધીમે બદલાઈ જઈને મેલો કચરાના જેવો પણ થઈ જાય છે.

માણેક—આ લગભગ એકવીસ દિવસ સુધી થતું રહે છે, કેમ ખરું ને ?

સમજી—હા. પછી એ બંધ થઈ જાય છે. પરંતુ પેટમાંથી સુવેલું છોકરું નીકળે તો તે થોડાક જ દિવસમાં નીકળીને બંધ પડી જાય છે.

માણેક—ઠીક, પછી શું ?

સમજી—જે કોઈ કારણથી એ લોહી વહેતું બંધ થઈ જાય, તો પ્રસૂતિ બહુ દુઃખ પામે.

માણેક—એમ ? એને શું દુઃખ થાય ?

સમજી—પેટમાં પીડા થાય, અને તેની અસરથી તાવ પણ આવે. વળી એ વધી પડ્યાથી અનેક પ્રકારના રોગ પણ ઉત્પન્ન થાય.

માણેક—એમ ? ત્યારે તો તે એકદમ બંધ થઈ જાય, એ પણ ખરાબ કહેવાય !

સમજી—જરૂર.

માણેક—શું કયાંથી તે એકદમ બંધ થઈ જાય, તે પણ બાણી રાખવું જોઈએ, નહીં તો સુવાવડીને સાવધ કરાય કેવી રીતે ?

સમજી—પ્રસવના દ્વારે, પેટુએ કે સાથળોએ ઠંડું પાણી લાગ્યાથી તે બંધ થઈ જઈ શકે.

માણેક—ત્યારે તો એક મહિના પહેલાં પ્રસૂતિએ

ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરવું ન જોઈએ કેમ ?

**સમજી**—હા, સારું નથી. વળી ઠંડા પાણીએ નહાવું અથવા ભીના લૂગડાભેર રહેવું, એ બંને એક સરખું જ સમજવું. બંનેથી એક સરખું ભયંકર નુકશાન થાય છે.

**માણેક**—ભીતું લૂગડું પણ શું એટલું બધું નુકશાન કરે છે ? ત્યારે તો સુવાવડીના ખાટલામાં જે અડધી ભીની જેવી ગોઠડી અને એવાં જ બીજાં ગંદા ભીનાં લૂગડાં ભરી રાખવામાં આવે છે, તેનાથી તેને બહુ નુકશાન થતું હશે નહિ ?

**સમજી**—હા.

**માણેક**—ત્યારે તો હું આ બાબતમાં સાવચેતી રાખી મણીના ઝોરડામાં જે ભીનાં, મેલાં-ગંદાં લૂગડાં કે ગોઠડાં હશે તેને દૂર જ રાખીશ. ઝોરડો સાફ અને સ્વચ્છ રાખીશ. એક પણ વસ્તુ ભીની ન રહે તેની કાળજી રાખીશ. સુવા અમારા લોકો આવી સાદી અને સરળ વાતમાં પણ કેમ અજ્ઞાન છે તે સમજી શકાતું નથી.

**સમજી**—એમાં એમનો વાંક નથી. અજ્ઞાનતા જ કારણ-ભૂત છે. અને કેટલેક અંશે તો વહેમી માન્યતા પણ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે.

**માણેક**—અમારી સુવાવડી સ્ત્રીઓ જે દુઃખી થાય છે અને અંતે મરી જાય છે તે પણ એનું જ પરિણામ છે. હવેથી હું આ બધી વાતો મારી અજ્ઞાન અને લોળી બહેનોને સમજાવો તેમનો એ ભ્રમ ભાંગીશ, તેમની અજ્ઞાનતા દૂર કરીશ અને જે નિયમો તમે મને સમજાવ્યા છે તે એમને સમજાવીશ.

સમજી—વાહ ! આમ જ બધું બાદ રાખજો. એ પણ ધ્યાનમાં રાખજો કે, દસ દિવસ પછી પણ એકદમ ઓરડાની બહાર બહુ ફરવું હરવું નહિ. દસ દિવસ સુધી ઓરડામાં રહ્યા પછી, બહાર પવનમાં રહેવામાં આવે તો પણ અનેક રોગો થાય છે. માટે ધીરે ધીરે જ સૌ કામ કરવું. ઉતાવળ ક્યાંથી કિનારે આવેલું નાવ પણ ડૂબી જાય છે તેની તો તમને ખબર છે ને ?

માણેક—હા, બૂલો અને અજ્ઞાનતાથી જ આવું થાય છે. પરન્તુ હવે ધીમે ધીમે આ સ્થિતિમાં જરૂર સુધારો થતો જશે એમ હું માનું છું. હેં, પણ પ્રસૂતિને સ્નાન પણ ગરમ પાણીથી જ કરાવવું ને ?

સમજી—હા, પ્રસવ પછી એક માસ સુધી સહી શકાય એવા ગરમ પાણીથી સુવાવડીને નહવરાવવી, એ જ સાફ છે. શિયાળા-ચોમાસાની તો જાણે વાત જ નથી,—ત્યારે તો ગરમ પાણી જોઈએજ—પણ ઉનાળામાં પણ પ્રસવના પછી કેટલાક દિવસ સુધી થોડું ગરમ પાણી વાપરવું એ ખાસ જરૂરનું છે.

માણેક—હા, એ વાત ધ્યાનમાં રહી. પણ ત્યારે તો ઝાડા પેશાબને વખતે પ્રસૂતિ જે પાણી લે છે, તે પણ ઉનું જ લે તો સાફ નહિ ?

સમજી—હા, એક મહિના બાદ ઠંડું પાણી વાપરવાને વાંધો નથી.

માણેક—પીવામાં પણ ગરમ પાણી જ વાપરવું ?

સમજી—ના, ઉનું પાણી પી શકાય શી રીતે ? એ તો ઠંડુજ વાપરવું.

માણુક—એટલે જ પૂછી જોયું.

સમજી—પ્રસવ થયા બાદ એક દિવસ અને એક રાત જે પ્રસૂતિને ઝાડો ન થાય, તો બહુ સાફ થાય. ત્યાર-પછી જે સહજ વગર હરકતે ઝાડો ઉતરે, તો તો ઘણું જ સાફ; નહિ તો થોડુંક અઘોળ જેટલું દીવેલ પાઈ દેવું. વળી સુવાવડના ચોરડાને સારો સાફસુફ રાખવો. તેમજ સુવાવડીના પહેરવાનાં લૂગડાં અને તેનું શરીર એ પણ બરા-બર સાફ રાખવાં અગત્યનાં છે. તમારી પ્રસૂતિઓ સુવાવડમાં ઘણી જ ગંદી રહે છે. કપડાંનું પણ ઠેકાણું રાખતી નથી.

માણુક—હા, ખરી વાત છે. પરંતુ એવી ન રહે તો શું કરે ?

સમજી—કેમ એમ બોલો છો ?

માણુક—લોહીના ડાઘબાઘ પડીને લૂગડાંલત્તાં મેલાં ગંદાં થતાં જ રહે છે, એટલે પછી પહેરવાનાં કપડાં સાફ-સુફ રાખી શકે શી રીતે ? અને બદલવાની વાત નહિ.

સમજી—પણ લોહીના ડાઘ પડવા દઇને પહેરવાનાં કપડાંને ગંદાં થવા જ કેમ દેવા ? પ્રસવના દ્વાર આગળ જે લૂગડું મૂકી રાખવામાં આવે, તે જેવું બગડેલું દેખાય તેવું જ બદલી નાંખવું જોઈએ. સારાં નવાં નવાં કે બારે મૂલનાં લૂગડાં સુવાવડમાં પહેરવાં નહિ. વપરાયેલાં જૂનાં લૂગડાં પહેરવામાં શી હરકત છે ? સુખ્ય વાત એટલી જ છે કે, સારાં સફાઈદાર કપડાં પહેરવાં; બારે હલકાંની વાત નથી.

માણુક—ખરું કહો છો. કપડાં સારાં સાફસુફ રાખવાં એ સાફ તો છે જ. પણ બહેન ! સુવાવડીના શરીરને કેવી

રીતે કરીને સાફસુફ રાખવું ? એને નહવરાવાય તો નહિ.

**સમજી**—નહવરાવાય નહિ, એટલે શું શરીરને સાફ રાખી શકાય નહિ ? ગરમ પાણી કરીને તેમાં એક રૂમાલ એટલે ટુવાલ પલાળી, ઘણાખરે નીચેવી નાંખીને, તેના વતી આખું શરીર સાફ કરીને નિત્ય લૂછી નાંખવું એટલે થયું. એથી સુવાવડી સ્ત્રીને કેટલો આરામ મળે છે, તે તમે જાણો છો ? તમે પોતે જ મેલાં લૂગડાં અને મેલાં શરીરે બે દહાડા રહો તો ખરાં એટલે માલમ પડે ?

**માણેક**—એમ કાંઈ રહી શકાય ? તરતજ શરીર વાસ મારે અને માંદું પડાય.

**સમજી**—ત્યારે સુવાવડી સ્ત્રીઓ શી રીતે રહી શકે ? માત્ર આપણા દેશમાં એવી પ્રથા પડી પડી ગઈ છે, એટલું જ. અને એને લીધે જ અસુખ-દુઃખ થાય તો પણ તેઓ મોં ફાડીને કશું બોલી શકતી નથી; ગુપચુપ બધું સહન કર્યા કરે છે.

**માણેક**—એ વાત સાચી કહી. ત્યારે તો પ્રશ્ન સુવાવડાં હોય ત્યાં સુધી તેને મેલાં લૂગડામાં રાખવી એ સાફ નથી.

**સમજી**—સુવાવડાં હોય, ત્યાં સુધી કેમ કહો છો ? કોઈ પણ દિવસ મેલાં કપડાંલેર અને મેલા શરીરે રહેવું સાફ નથી. એનાથી ઘણી જાતના રોગ અને પીડાઓ થઈ આવે છે. વળી એક વાત સાંભળો ?

**માણેક**—કહોને ?



સમજી—ઔરડામાં ધુમાડો થવા દેશે નહિ. કારણ ધુમાડાથી છોકરાની આંખોને દુઃખ-દરદ થવાનો ખૂબ સંભવ છે. એવા કુમળા છોકરાની આંખે ધુમાડો લાગે તે સહન થાય કે ? જીવે છે જ કે સુવાવડના ઔરડાની અંદર કેટલાંક છોકરાંની આંખોને માટે પ્રસૂતિઓને બહાવરી બની જવું પડે છે.

માણેક—એ વાત તમે ખરી કહી. પણ દેવતા રાખવા જતાં ધુમાડો થાય પણ ખરો.

સમજી—દેવતા રાખવો જ જોઈએ, એવો કાંઈ નિયમ નથી. તે છતાં જો છેક જ જરૂર જેવું હોય—ચાલે તેમ ન જ હોય—તો એક ખૂણામાં થોડાક કોયલાનો દેવતા એક સગડીમાં કે બીજા કોઈ વાસણમાં રાખી લેવો, એટલે પછી ધુમાડો થાય જ કેમ ?

માણેક—દેવતાની જો એટલી બધી દરકાર જેવું ન હોય, તો તો પછી તે ન જ રાખ્યો હોય તો કેમ ?

સમજી—સુવાવડના ઔરડામાં અને તેમાં પણ ખાસ કરીને આપણા દેશમાં, દેવતા રાખવાની તો બહુ દરકાર દેખાતી નથી. તો પણ દેવતા રાખ્યાથી સુવાવડના ઔરડાની અંદરનો પવન ચોખ્ખો રહે, એ કાંઈ ઓછો ફાયદો નથી. અને એટલા માટે જ ઠહું છું કે દેવતા રાખવો જરૂરનો છે પણ તે ધુમાડા વગરનો હોવો જોઈએ.

પ્રકરણ ૯ મું.

બચ્ચાંની માવજત કેવી રીતે કરશો ?

સમજી—હવે છોકરાને જરા દીવેલ પાછ ઢો.

માણેક—અરે ? આવા તરતના છોકરાને તે વળી જીલાબ અપાય ખરો કે ?

સમજી—કેમ જૂઠી ગયાં ? અવતર્યાં પછી છોકરાને ઝાડો ન થાય તો તેને કેવો મોટો રોગ થઈ આવે છે, તે તો હું તમને પ્રથમ જ કહી ગઈ છું. શું એ તમને યાદ નથી ?

માણેક—યાદ છે. દીવેલ આપતું સાફ છે ત્યારે તો છોકરાને જીલાબ આપવામાં હરકત નથી. પણ એક વાત તમને પૂછું. છોકરું આવ્યા બાદ તેને જીલાબ ન આપવામાં આવે તો દુઃખ દરદ થાય, તો પછી તેવા બધાં બાળબચ્ચાંને દુઃખ કેમ થતું નથી, તેમને તો કોઈ જીલાબ આપતું નથી.

સમજી—તેનું એક કારણ છે.

માણેક—શું ?

સમજી—પ્રસવ પછી પ્રસૂતિનું ( સુવાવડીનું ) દૂધ

થોડાંક દિવસ સુધી છોકરાને સારું જીલાખનું કામ કરે છે. મતલબ કે એ ધાવણ ધાવ્યાથી છોકરાને સારો ઝાડો થાય છે. એટલે જીલાખની જરૂર પડતી નથી.

માણેક—વાહ ! આ તો સારી વાત કહી. ઠીક, ત્યારે માનું ધાવણ ધાવ્યાથી જ ને જીલાખનું કામ થાય, તો પછી વધારે જીલાખ આપવાની જરૂર ખરી ?

સમજી—ના. પણ પ્રસવનાં થોડાંક દિવસોમાં ને બાળકને ઝાડો ન થાય તો એને જીલાખ તરતજ આપી દેવો જોઈએ. કેટલીક વખતે પ્રસૂતિના ધાવણમાં ઝાડા થાય એવું તત્વ હોતું પણ નથી અને એટલે ધાવવા છતાં પણ બાળક ઝાડો ન કરે તો આશ્ચર્ય પામવું નહિ પણ જીલાખ આપી દેવો. બાળકને ઝાડો ખરાખર ન થાય તો ધનુરવા તથા આંત્રિકી-તાણ જેવા રોગોનો તે શિકાર બને છે તે તો હું આગળ તમને જણાવી ગઈ છું તે યાદ છે ને ?

માણેક—હા, એ વાત માનવા જેવી છે ખરી. પહેલાં ત્રણ દિવસ સુધી પ્રસૂતિની છાતીમાં સારી રીતે દૂધ આવતું નથી. તેટલા માટે તેટલા વખતની અંદર છોકરાને જીલાખ આપ્યા વગર ચાલે નહિ. ઠીક, છોકરું અવલરે કે તરતજ તેને જીલાખ થવાની જરૂર ખરી કે ?

સમજી—અગત્ય તો ખરી જ. ને જરૂર ન હોય તો પછી હું આટલું બધું કહું શા માટે ? ઘણાં વાસાનાં છોકરાં માત્ર આ જ કારણથી મરી જાય છે !

માણેક—ઠીક અવતર્યા બાદ થોડીકવાર પછી જ

છોકરાને ઝાડો થતો હશે કે ?

સમજી—હા, ઘણું કરીને તો એમ થાય ખરું. પરંતુ ઝાડો સારો ખુલાસાથી થાય નહિ તો તેને સાફ જ જીલ્લાખ આપવાની જલામણ કરવામાં આવે છે. તેમાં પણ ખાસ કરીને બંધકોષ રહ્યાથી એટલું બધું નુકશાન છે, તેથી એવી જલામણની જરૂર છે.

માણેક—બરાબર છે. હવે ઠહેલું નહિ પડે. હું બરાબર સમજી છું. કેટલું દીવેલ પાવું જોઈએ, તે જરા બતાવો તો ?

સમજી—આશરે પાંચેક ચમચા જેટલું.

માણેક—આંગળી વડે એ દીવેલ ચટાડવું નહિ ?

સમજી—હા, પણ એની સાથે જરા મધ મેળવીને મીઠું કર્યા વગર એ ચાટશે નહિ.

માણેક—એમકે ? લાવો જોડે મણીના બાબાને એ ચટાડી ખાત્રી કરું. ( અને તેમ કરતાં ) હા. તમે વાત સાચી કહી. કેવું બચબચ કરીને એ ચાટે છે. પણ એક વાત પૂછું ?

સમજી—પૂછોને. જે શંકા થાય તે તરત જ પૂછી નાખવી સારી.

માણેક—પહેલાં બે-ત્રણ દિવસ થાનમાં જોઈએ તેવું ધાવણ આવશે નહિ. એટલે છોકરાને શું આપવું ?

સમજી—કેમ વળી ? ગાયનું દૂધ, પાણીમાં ભેળવીને.

માણેક—પાણીમાં ભેળવવાની જરૂર કેમ ?

સમજી—તે વગર આવું બહુ દૂધ તરતનાં બાળકને પચે કેવી રીતે ? પ્રસૂતિનાં થાનનું દૂધ તો એના કરતાં ઘણું પાતળું હોય છે.

માણેક—કેટલું પાણી ભેળવવું ભેઈએ ?

સમજી—જેટલું દૂધ તેટલું પાણી લેવું.

માણેક—પાણી ભેળવ્યાથી બચ્ચું પીએ ખરું ?

સમજી—જરાક સાકર કે પતાસું નાખીને ગળ્યું ક્યાંથી ખુશીથી તે પીશે.

માણેક—અને જ્યારે થાનમાં દૂધ આવે, ત્યારે પછી છોકરાને બીજું કંઈ પણ અપાય ખરું ?

સમજી—ના, બીજું કશુંય નહિ, ફક્ત ધાવણ ધાવીને જ રહે. જ્યાં સુધી દાંત ફૂટી નીકળે નહિ, ત્યાં સુધી છોકરાને ગાયનું દૂધ પણ પાવું નહિ, વધારે બીજું શું કહું ?

માણેક—પ્રસૂતિના થાનમાં જે બરાબર ભેઈએ તેટલું ધાવણ આવતું રહે તો તો પછી છોકરાને બીજું કશુંએ ખવરાવીએ નહિ. પરંતુ જે તેમ ન બને, થાનમાં જે સારી રીતે ધાવણ ન હોય અથવા પહેલાં કેટલાક દિવસ સારી ચેઠે ધાવણ આવે, પણ પછીથી ખૂબ જોખું થઈ જાય તો શું કરવું ?

સમજી—તેમ બને તો પછી ન છૂટકે ગાયનું દૂધ પાવું પણ પડે. પરંતુ પ્રથમ જેવી રીતે કરીને આવતું દૂધ

પાવાનું કહી ગઈ છું, તેવી રીતે કરીને જ પાવું બેઠાં. પાણી લેજાવ્યા વગર પાયાથી છોકરાના પેટમાં સહે નહિ, એ વાત તમામ પ્રસૂતિઓએ બરાબર યાદ રાખવી જરૂરી છે; તો પછી છોકરાને એવું ગામનું દૂધ પાવા માંડ્યા પહેલાં, પ્રસૂતિના થાનમાં જેથી કરીને સાડું પૂરતું ધાવણ આવે, તેની પહેલી તજવીજ કરવી બેઠાં.

માણુક—પ્રસૂતિના થાનમાં સારી રીતે ધાવણ આંતું ન હોય, કે પ્રથમ કેટલાક દિવસ સારી રીતે આવીને પછી ખૂબ ઓછું થઈ જાય, તો ફરીથી થાનમાં સારી રીતે ધાવણ આવી શકે એવો કોઈ ઇલાજ છે ખરો?

સમજી—ઉપાય છે જ. ન હોય તો કેમ બને?

માણુક—તો એ કહોને?

સમજી—ઉપાય બહુ સહેલો છે. એરંડાના ઝાડને ઓળખો છો ને?

માણુક—હા, જરૂર. અમારા વાડામાં એના બે ત્રણ ઝાડ છે.

સમજી—ત્યારે એ એરંડાનાં આશરે ચાર પાંચ પાંદડાંને એક હાંદીમાં મૂકી, તે હાંદીમાં પાણી રેડીને, સારાં બાફવાં. પછી હાંડીને ચૂલા પરથી હેઠે ઉતારી નાંખવી. અને તે હાંડીમાંનું પાણી હુંકાળું થાય એટલે તે પાણીથી પ્રસૂતિનાં બંને થાન સારાં કરીને ધોઈ નાખવાં. એમ ધોતાં ધોતાં પાણી ઠંડું થવા આવે એટલે બકાચેલાં પાંદડાંને હાંડીમાંથી કાઢી ખૂબ ખખેરીને સાફ કરી નાંખવાં, અને

સારાં ગરમ ગરમ હોય તેવાંજ બંને થાનના ઉપર લપેટીને બાંધી દેવાં. આમ કરવાથી સ્તનમાં ધાવણ ભરાશે અને દૂધ છૂટતું થઈ જશે.

માણેક—એમ ? એ તો ત્યારે બહુ જ સરળ ઉપાય છે. પણ ઠીક, એવી રીતે કેટલા દિવસ થાનને ધોવાં તથા બાંધવાં બેઈએ ?

સમજી—ઉપરા ઉપરી લાગત ત્રણ ચાર દહાડા એવી રીતે થાનને એવા ગરમ પાણીએ ધોવાથી અને એવાં બાફેલાં પાંદડાં બાંધ્યાથી એટલું બધું ધાવણ આવશે કે થાનમાં તે સમાશે પણ નહિ.

માણેક—એમ છે ? આ તો શાન્તિ આપે એવો ઉપાય છે.

સમજી—ઘણે ઠેકાણે અનુભવેલો ઉપાય છે. એનાથી કંઈજ નુકશાન પણ નથી.

માણેક—પણ બહેન, એ પાંદડાં બાફેલા પાણીથી સ્તનને કેટલી વાર સુધી ધોયા કરવાં ?

સમજી—ઢરેક વખતે અડધા કલાક સુધી ધોયાથી કામ થઈ જશે.

માણેક—અરેરે ! આવો સહેલો ઉપાય છતાં, કેટલી પ્રસૂતિઓનાં છોકરાં પૂરતું ધાવણ નહિ પામ્યાથી માયાં જાય છે ! માતા થાનમાં ધાવણ આવતું નથી એટલે છોકરાને ગાયનું દૂધ પાય છે. પણ એવું નરમ છોકરું, માતા ધાવણ

વગર એકલું ગાયનું દૂધ પીને કેટલા દિવસ સુધી જીવો શકે? શા માટે આ ઉપાય અજમાવતાં નહિ હોય?

સમજી—એ જ મોંઝાણ છે ને!

માણેક—યાનમાં દૂધ ભરાવાનો ઇલાજ તો તમે કહ્યો તે કરીશું. પણ તેની સાથે પ્રસૂતિએ ખાવા પીવાની પણ ખૂબ સંભાળ રાખવી જોઈએ નહિ?

સમજી—હા. તે કર્યા વગર ચાલે કેમ? પ્રસૂતિના શરીરના લોહીમાંથી જ ધાવણ થાય છે. એટલે તે લોહી વધે તો જ ધાવણ પણ વધે. અને સારો ખોરાક ખવડાવ્યાથી શરીરમાં લોહી આવે છે, અને શરીરમાં લોહી યથાથી જ યાનમાં દૂધ-ધાવણ થાય છે. જેવો ખોરાક તેવું દૂધ એ તો તમે જાણો છો ને?

માણેક—હા.

સમજી—પ્રસૂતિને જેમ તમે સારો ખોરાક આપશો તેમ દૂધ પણ ભરાવાનું જ. અને દૂધને માટે એને ખોરાકની પહેલી જરૂર છે એ પણ ધ્યાનમાં રાખવાનું.

માણેક—હવે બરાબર સમજણ પડી. ફરીથી કહેવું નહિ પડે.

સમજી—માનું ધાવણ સારી રીતે નહિ પામ્યાથી સ્તનમાં છોકરાં મરી પણ જાય છે તે જાણો છો ને?

માણેક—એ વળી કેવી રીતે?

સમજી—પ્રસૂતિના યાનમાં સારી રીતે ધાવણ આવતું



ન હોય, અથવા જોહું થઈ ગયું હોય, તો છોકરાને ગાયનું દૂધ પાવાનું શરૂ કરે છે અને કેટલાક દિવસ એ દૂધ પીતાં જ છોકરાના પેટમાં અસુખ થઈ આવે છે. ફ્લોના ફ્રાન્ક જેવું દૂધ ઓકે છે, ઝાડો પણ ગમે તેવો થાય છે. પેટમાં આમળો થાય છે ને પીડાય છે, તેથી રડી રડીને બહાવડું બની જાય છે. એવી રીતે પેટની પીડા થવા પછી જો ગાયનું દૂધ પાવાનું એકદમ બંધ કરી દઈને, પીડા મટાડવાને સારું ખાસ ઉપાય કરવામાં આવે નહિ તો છોકરું મરી પણ જાય છે.

માણેક—સાચું કહ્યું તમે. ઘણાં ધાવણાં છોકરાં એવી રીતે મરી જાય છે. પણ બહેન ! પ્રસૂતિના સ્તનમાં સારી રીતે ધાવણુ આવતું જોહું થઈ ગયું હોય, તો છોકરાને કેવી રીતે ઉછેરને મોહું કરવું તે અને ઠીક રીતે સમજાવોને ?

સમજી—સાંભળો. હમણાં જે ઉપાય કહી બતાવ્યો હતો, તેનાથી પ્રસૂતિના થાનમાં જો ધાવણુ ન આવે, તો છોકરાનો બાપ પેસેટકે સુખી હોય તો પોતાના છોકરાને માટે એક ધાવ રાખે. પરંતુ તે ધાવનું છોકરું અને જે છોકરાને માટે ધાવ રાખવામાં આવે તે છોકરું, એ બન્ને સરખી વયના હોવા ખાસ જરૂરનાં છે. તેમની વય નાની મોટી હોય તો સારું નહિ.

માણેક—પણ આમ ધાવ રાખવાનું તો કોઈકને જ પરવડી શકે ?

સમજી—બધાંથી એમ બની શકે, એવું હું પણ

કમાં કહું છું ? એ તો શ્રીમન્તત્ત્વં ક્રમ છે. પરંતુ જેમનાથી બની શકે, તેમણે એના સિવાય બીજો ઉપાય ન શોધવો.

માણિક—હીક, એ તો મોટા માણસોને માટેનો ઉપાય બતાવ્યો. પણ અમારા તમારા જેવા મધ્યમ વર્ગનાએ શું કરવું તે તો કહો ?

સમજી—ગાયત્રું દૂધ પાવું પડે, તો તે મેળવીને જ પાવું, એ વાત બધી પ્રસૂતિઓએ બરાબર યાદ રાખવી, નહિ તો છોકરાના પેટમાં સહે નહિ. પહેલ પહેલાં જેટલું દૂધ, તેટલું જ પાણી લેળીને પાવું. ત્યાર બાદ છોકરું જેમ જેમ મોટું થતું જાય, તેમ તેમ રહેતે રહેતે પાણીનો ભાગ ઓછો કરી દેવો. કેમ સમજમાં આવ્યું ?

માણિક—હા. પણ વારૂ, દૂધમાં પાણી મેળવીને તેમાં જરાક સાકર નાંખીને ગળ્યું કરવું કે નહિ ?

સમજી—હા, કરવું, નહિ તો છોકરું પીએ નહિ. પણ ઘણું ગળ્યું થઈ જાય નહિ, તે ધ્યાન રાખવું.

માણિક—વારૂ, એ દૂધને ગરમ કરીને પાવું કેમ ?

માણિક—થોડું ગરમ તો કરવું જ જોઈએ. જેટલું દૂધ તેટલું પાણી મેળવીને તેમાં જરાક સાકર કે પતાસું નાખી, માત્ર અંગારા ઉપર ગરમ કરી લેવું; બહુ ઉકાળવું પણ નહિ, બ્યારે દૂધ પાવું હોય ત્યારે એમ અંગારાના દેવતા ઉપર ઉનું કરીને પાવું. વાંચી દૂધ છોકરાને ક્યારેય પણ પાવું નહિ, કેમકે એથી તેના પેટમાં બહુ બારે અસુખ

થાય છે. સવારનું દૂધ સાંજે ન પાવું, સાંજનું રાતે ન પાવું. અને રાતનું દૂધ બીજે દહાડે ન પાવું. એથી બહુ જ નુક-  
શાન છે. એનાથી જ ઘણાં છોકરાં માર્યા જાય છે. વાસી  
દૂધ પીવડાવ્યાથી છોકરાના પેટમાં બગાડ અને દુઃખ થાય  
છે. એ એને પચતું નથી અને પેટમાં બગાડો તથા ભાર  
કરાવે છે.

માણેક—આટલું બધું છે તો હવેથી હું વાસી દૂધ છોક-  
રાંને કદી પણ આપીશ નહિ.

સમજી—બવડાવ્યા પીવડાવ્યાના દોષથી જ ઘણાં  
છોકરાં દુઃખ દરદથી પીડાય છે.

માણેક—બવડાવ્યા પીવડાવ્યાના દોષ તે કેવી રીતના ?

સમજી—છોકરાને ધવરાવે તેનો કશોએ નિયમ નહિ.  
કાં તો થાન તેના મોઢામાં ને મોઢામાં જ રાખ્યાની  
પેઠે કરે; નહિ તો ક્યારેક આખા દિવસમાં બે વાર પણ  
પૂરું ધવડાવે નહિ એ બંને આપણા લોકનાં મોટાં દોષ છે.

માણેક—છોકરાને ધવડાવવું, તેમાં પણ નિયમ  
બરો કે ?

સમજી—કેમ, નહિ ? તમને બે વાર ખાવાની ટેવ  
પડી ગઈ છે, અને હવે ત્રણ વાર ખાઓ જોઈએ, અપચો  
થાય છે કે નહિ ?

માણેક—થાય જ.

સમજી—ત્યારે છોકરાં બોલી શકતાં નથી, તેથી  
તેમને એમ ન થાય કે ?

માણેક—ત્યારે તો ધાવણું છોકરાંને ધવડાવવાને નિયમ બતાવો, એટલે હું બરાબર તે જ પ્રમાણે ચાલીશ.

સમજી—છોકરું દસ દિવસનું થયા પછી તેને આખા દિવસ અને રાતમાં થઈને આડ વાર કરતાં વધારે વખત ધવડાવવું નહિ એ એક સાધારણ નિયમ ધ્યાનમાં રાખો. વારે ઘડીએ અને નિયમ વગર ધવડાવવાથી છોકરું હેરાન થાય છે અને તેના પેટમાં દુઃખાવો ઉપડે છે.

માણેક—ત્યારે તો એવી રીતે નિયમ પ્રમાણે છોકરાંને ધવડાવવાની ટેવ પાડવી ખાસ અગત્યની છે.

સમજી—એમાં શંકા જ નથી. એ ટેવ તો આગળ જતાં સોના જેવી પૂરવાર થશે.

માણેક—ડીક, બીજો કાંઈ નિયમ ખરો ?

સમજી—હા, મોડી રાતે છોકરાંને ધવડાવવાની ટેવ પાડવી સારી નથી. એક પહોર રાત ગયા પછી ધવડાવવું નહિ.

માણેક—એમ કયાંથી તો છોકરાનું ગળું સુકાઈ જાય.

સમજી—ના, બે દિવસ ટેવ પડ્યાથી પછી મોડી રાતે ધવડાવાને માટે છોકરું રડશે નહિ. એવી ટેવ જલદી પડે તેની એક જુક્તિ છે.

માણેક—એવી તે કઈ જુક્તિ છે ?

સમજી—રાતે છોકરાંને તેની માતા સાથે સુવડાવવું નહિ, એટલે એ ટેવ પડશે નહિ.

માણેક—ઓ મા ! એમ તે કાંઈ કરી શકાય ?  
વળી પ્રસૂતિ પણ પાસે છોકરા વગર કેવી રીતે ઊંઘી શકે ?

સમજી—હું શું કાંઈ છોકરાને જીદા ઝોરડામાં રાખ-  
વાને કહું છું ? એક પથારીમાં જ રાખવું, પણ ફક્ત થોડોક  
ફર સુવાડવું.

માણેક—થોડોક છેટે રાખ્યાથી શો ફાયદો ?

સમજી—ફાયદો એ કે, પ્રસૂતિ ઊંઘી ગયા પછી  
છોકરું ફાંફાં મારીને થાન મોંમાં લેવા ન પામે. થોડોક  
તરફડાટ કરીને કે જરાક રડીને પાછું તરત ઊંઘી જાય.  
એ પ્રમાણે બે ચાર દિવસ કર્યું એટલે ટેવ પડી ગઈ. પછી  
તે ધાવવાને માટે રાતે અકળાશે કે રડશે કકળશે નહિ.  
ગુપચુપ સૂઈ જશે.

માણેક—ખરાખર છે. એ તો સારી યુક્તિ. કેમકે  
માના પડખામાં રાતે સૂઈ રહ્યાથી છોકરાને ધાવવાની સારી  
સગવડ પડે છે. ઇન્છે તો આખી રાત થાન મોંમાં રાખીને  
ચૂસ્યા કરે.

સમજી—એવા નિયમ પ્રમાણે ધવડાવ્યાથી એકલા  
છોકરાનું જ નહિ પણ પ્રસૂતિનું શરીર પણ સાફ રહે છે.  
છોકરાને તો જેવી ટેવ પાડીએ તેવી પડે !

માણેક—પડે જ તો. વળી એમ કરવું એ મુશ્કેલ  
પણ નથી.

સમજી—આખી રાત અને દહાડો બે છોકરાને

ધવડાવવામાં આવે, તો પછી પ્રસૂતિ શું બચવા પામે કે ? શરીરે છેક સુકાઈને લાકડા જેવી થઈ જાય.

માણેક—એ વાત પણ સાચી છે.

સમજી—છોકરાને ધવડાવવાનો બીજો એક નિયમ કહું છું. પ્રસૂતિના શરીરને કાંઈ રોગ થયો હોય, અથવા તે કાંઈ શોક કે દુઃખથી દિલગીર હોય તો તેણે છોકરાને ધવડાવવું નહિ. પ્રસન્ન દિલ હોય ત્યારે જ ધવડાવવું.

માણેક—એમ કેમ ?

સમજી—એવી અવસ્થામાં ધવડાવ્યાથી છોકરાના પેટમાં દરદ થાય છે. પ્રસૂતિના મનની સાથે તેના થાનના દૂધનો એવો સંબંધ છે કે, મન સાફ ન રહે, તો થાનનું દૂધ પણ સાફ ન રહે. શરીરમાં રોગ, કે કાંઈ શોક દુઃખ આવે, ત્યારે પ્રસૂતિ જો છોકરાને ધવરાવે, તો તે ધાવણ તેના પેટમાં અપચો ઉત્પન્ન કરાવે છે.

માણેક—શું કહો છો ? ત્યારે તો તેથી જ કરીને અમારા દેશનાં છોકરાં છંયાને એટલા બધા પેટના રોગ થતા હશે ? નાનાં છોકરાંઓને તો પેટની પીડા લાગેલી જ હોય છે. બે દિવસ સાફ રહે, અને પાંચ પાંચ દહાડા માંડું.

સમજી—એ કાંઈ ખોટું નથી. આપણે પ્રત્યક્ષ જોઈએ જ છીએ ને, કે કેટલીક પ્રસૂતિઓ છોકરાને ધવડાવતી જ ગલડો કર્યા કરે છે, લઢે છે—વઢે છે. એવું ઝેર જેવું ધાવણ ધાવ્યાથી શું છોકરું ક્યારેય પણ સારું રહી શકે ? તે

દિવસે જ તેને પેટનું દુઃખ થાય. છોકરાને ધવડાવતાં ધવડાવતાં રડવું કકળવું એ સારું નથી.

માણિક—હવે વધારે કહેવાની શી જરૂર છે? પ્રસૂતિનું મન સારું નથી. ન હોય, તો છોકરાને ધવડાવવું નહિ, એ જ યાદ રાખવું મુખ્ય છે.

સમજી—હા, એને ભૂલવું ન જ જોઈએ.

માણિક—આહા! પ્રસૂતિઓ આ બધા નિયમો જો ભણી શકે, તો ધાવણાં છોકરાંને કેટલો બધો લાભ થાય?

સમજી—વળી સાંભળો. ધાવણાં નાના છોકરાને દુઃખ-દરદ થાય તો મહા આક્રંત થાય છે. એટલે દુઃખ-દરદ ન થાય તે માટે ખાસ કાળજી રાખવી જોઈએ. સુતાવડમાં છોકરાને જો તાણ થઈ આવે તો તેને બચાવી શકાતું જ નથી. અને આ તાણ આવવાનું કારણ પણ સાધારણ જ છે. એટલે જો સાવચેતી રાખી હોય તો તાણ થાય પણ નહિ. તાણ આવવી કોને કહે છે અને શા કારણથી તે થાય છે એ બધું તો હું તમને અગાઉ કહી ગઈ છે. એ ધ્યાનમાં તો છે ને?

માણિક—હા, બરાબર યાદ છે. તમે જે કહો છો, તે મારા મનમાં સારી રીતે ઠસી જાય છે. નાનાં કુમળાં છોકરાંને રોગ થયાથી તેમને બચાવવાં મુશ્કેલ છે ખરાં; પરંતુ પ્રયત્ન કર્યાથી એ બધા રોગ ન થઈ શકે તેમ કરી શકાય ખરું.

સમજી—હા, ઠીક કહો છો. એવો વિચાર કરીને

છોકરાની માવજત ક્યાંથી જરાય ચિન્તા ન રહે. સાંભળો, તમે એક બહુ ભારે અન્યાય કરતાં રહો છો, તે બાણો છો ખરાં કે ?

માણેક—એ વળી ક્યો ?

સમજી—નાતું કુમળું છોકરું એકદમ દુઃખ દરદથી પીડાય એટલે તમે લોકો તેનું આસડ-વેસડ કરવાનું છોડી દઈ દૂચકા-છૂમંતર કે પછી દોરા-ધાગા કરવા મંડી પડો છો. એની નજર પણ ખાંધવાની ધમાલ કરો છો, કેમ હું જે કહું છું તે ખરું છે ને ?

માણેક—તમારું કહેવું સાચું છે. ધાવણા બાળકને એકાએક કંઈ દુઃખ દરદ થઈ આવે કે બધા લેગાં થઈ જાય છે અને વાતો કરવા મંડી જાય છે કે “એ ઝપટમાં આવી ગયું છે, એને કોઈની નજર લાગી છે” વગેરે. અને પછી ધંતર-મંતર કરવામાં આવે છે. કાચું બાળક બિચારું એનાથી મરવા જેવું થઈ જાય છે અને મરી પણ જાય છે. અમારી અજ્ઞાનતાનું જ આ પરિણામ છે.

સમજી—આવું હોય છે ત્યારે હું શું કરું છું તે તમે બાણો છો ?

માણેક—ના.

સમજી—ઐરાઓ મને બોલાવે છે એટલે તરત જ હું જઈને બધાને દૂર કરું છું અને છોકરાને થોડુંક દીવેલ પાઈ તેના રોગ મટાડી દઉં છું.



માણેક—એમ ? આ તો સરળ ઉપાય કહેવાય. આપણા લોકો આ જાણતા થાય તો ભુવા-ભુવાનું કોઈ નામ જ ન લે.

સમજી—ખરું કહો છો. અને જીઓ, છોકરાના આગલા બે દાંત આવે, એટલે તેને ધાવણ સિવાય બીજું પણ કંઈક ખવડાવી પીવડાવી શકાય.

માણેક—બીજું શું ખવડાવાય ?

સમજી—થોડાક સાબુદાણા અને દૂધ ખુશીથી આપી શકાય. એનાથી છોકરાને અપચો કે અસુખ થવાનો સંભવ નથી.

માણેક—છોકરું કેટલું મોટું થાય ત્યારે તેને ધાવણ છોડાવવું જોઈએ ?

સમજી—ઢાઢ તરફના ચાર દાંત સિવાય જડખામાંના બધા દાંત જ્યાં સુધી પુટી નીકળે નહિ, ત્યાં સુધી છોકરું માનું ધાવણ ધાવે. એના પહેલાં ધાવણ છોડાવવું યોગ્ય નથી. તેમજ બધા દાંત ઊગ્યા છતાં પણ છોકરાને ધવડાવ્યા કરવું એ પણ યોગ્ય નથી.

માણેક—ઠીક, ઢાઢ તરફના ચાર દાંત સિવાયના બીજા બધા દાંત ઊગ્યા વગર પણ જો છોકરાને ધાવણ સુકાવી દેવામાં આવે તો તેને કાંઈ દુઃખ દરદ થાય ખરું કે ?

સમજી—થાય નહિ તો શું ? એમ ન હોય તો હું

ના શા માટે પાડું ? છોકરું સુકાઈ ને ગળી જાય અને પેટની પીડા થાય તે જુદી.

માણેક—ધાવણ મૂકાવીને છોકરાને શું ખાવા આપી શકાય ?

સમજી—સારા ચોખાનો ભાત, જરાક દાળ, શાક અને દૂધ. વળી જીવો, ધાવણ છોડતી વખતે છોકરું ઘણું કરીને બહુ કાયર અને નરમ થઈ જાય છે, માટે તે વખતે તેને બહુ સાવચેતીથી અને કાળજીથી રાખવું જોઈએ.

માણેક—બહુ સાવચેતી અને કાળજી તે વળી કેવી ?

સમજી—વિશેષ કાળજી રાખવાની કહું છું તેનું કારણ એ છે કે, ધાવણ સુકાવ્યા પછી ખવડાવ્યાના દોષથી બાળકોને ઘણું કરીને પેટનાં દુઃખ ઠરઠ થાય છે. માટે તેમના ખાવાપીવાની ખૂબ સાવચેતી રાખ્યા વગર કેમ ચાલે ? પેટમાં દુઃખ થાય એવું કંઈ ખવડાવવું પીવડાવવું નહિ.

માણેક—પણ જરા જરા રોટલો, રોટલી કે એવું બીજું કંઈ ખવડાવાય કે નહિ ? બીચડી ખવડાવ્યામાં તો કંઈ વાંધો નથી ને ?

સમજી—ના. સારી ચડીને સીજેલી મગ ચોખાની કોળિયો બીચડી જરા ઘી નાંખી ફીણીને ચટાડવામાં હરકત નથી. તેમ ઘઉંનો કુલ્લકો કે બાજરીનો રોટલો પણ નહિ નડે. પણ એટલું ચાદ રાખવું કે છોકરું જે ખાય, તે સાફ ચઢેલું અને તાજું અથવા ગરમ હોવું જોઈએ. કાચું કુણું

કે પાણીપોચું, અથવા બળી-દાઢી ગયેલું ને ટાકું વાશી હોય તો બહુ જ નડે. ખરું પૂછો તો આપણી પ્રસૂતિઓને છોકરાંને ઉછેરતાં આવડતું જ નથી.

માણેક—એમ કેમ કહો છો ?

સમજી—તેઓ એમ માને છે કે, છોકરાને ખૂબ ખવડાવીએ તો તે જલદી મોટું ને જખરું થઈ જાય. અને એમ ધારીને દિવસમાં દસ વાર પણ તેને ખવડાવતાં અચકાતી નથી. ઘડીએ ને પળકે જે દીકું તે આપ આપ કહે છે.

માણેક—ત્યારે શું છોકરાને વારે વારે ખવડાવવું એ બહુ ખોટું છે ?

સમજી—સાત વાર ખોટું. એના કરતાં તો ન ખવડાવવું એ સાચું.

માણેક—ત્યારે એવા બાળકને ખવડાવવા પીવડાવવાનો નિયમ કહી બતાવોને ?

સમજી—એવો વિશેષ નિયમ બિયમ કાંઈ નથી. આખા દિવસ અને રાતમાં થઈને ત્રણ વાર કરતાં વધારે વખત ખવડાવવું નહિ, નહિ તો પેટમાં દુઃખ થાય. વળી ક્યારેય પણ છોકરાને દબાવી દબાવીને પરાણે પરાણે ખરડાવવું, એ પણ ભારે દોષ છે.

માણેક—ખરું કહો છો. એ તો અમારો મોટો દોષ છે ખરો. છોકરું ખાઈ ન શકે તો પણ તેને ખવડાવવાનું અમે છોડતાં નથી.

**સમજી**—તેથી જ તમારાં બાળ બચ્ચાંની એવી દશા થાય છે. એના શરીરનો બાંધો બંધાતો નથી અને ક્યારેક પેટ મોટું હોય તો ક્યારેક માથું. દેખાવ બેડોળ અને આકૃતિ કઠરૂપી. આ બધું કંઈ એની મેળે થતું નથી ?

**માણેક**—તમારું કહેવું મારે ગળે ઉતરે છે, બહેન. ખવડાવ્યાના દોષથી જ અમે છોકરાંને એવાં કરી નાંખીએ છીએ.

**સમજી**—જે થોડું થોડું કરીને ખવડાવવામાં આવે, તો તે છોકરાના શરીરે પણ લાગે, અને બળ પણ આવે. વળી એટલું જ નથી, પણ ખવડાવ્યાના દોષથી ઘણાં છોકરાં વગર મોતે માર્યાં પણ જાય છે. તે સિવાય, એ પણ યાદ રાખવું કે, એવાં છોકરાં ફળફળાદિ અને ગળપણ જેમ એાછું ખાય તેમ વધુ સારું.

**માણેક**—કેમ ? એ બધું પેટમાં દુઃખ કરતું હશે ?

**સમજી**—પેટમાં દુઃખ કરે નહિ તો શું ? છોકરાંના પેટમાં કરમ થાય છે તેનું કારણ આ ગળપણ જ છે. આ કરમ છોકરાંને બહુ દુઃખ આપે છે અને તેને તાવ પણ આવે છે. વળી ગળપણથી દાંતને પણ નુકશાન થાય છે.

**માણેક**—ત્યારે તો ફળફળાદિ અને ગળપણની ચીજો ખવડાવવી ન જોઈએ. અમારાં છોકરાંને પેટનાં આટલાં બધાં દુઃખ દરદ થાય છે તે એને લીધે જ થતાં હશે એમ લાગે છે. તેઓ મીઠાશ બહુ ખાય છે. છોકરું જરા આડું થાય કે રીસાય એટલે મા તેને સાકર, પતાસું કે બીજી હરકોઈ

મીઠાઈની ચીજ જે મળી શકે તે ખાવાને આપે છે. નાનાં છોકરાંના ખાવામાં ઘણે ભાગે ગળપણ જ હોય છે.

સમજી—બીજું સાંભળો. તાપના દિવસોમાં છોકરાંના શરીર ઉપર ઘણાં લૂગડાં લૂત્તાં પહેરાવી રાખવાની ગરજ નથી. ફક્ત રાતે જ્યારે સૂઈ રહે ત્યારે તેના અંગ ઉપર એક લૂગડું કે ચાદર નાંખી રાખવી.

માણેક—ત્યારે તો ઉઘાડા શરીરે સૂઈ રહેવું સાડું નથી એમ જ તમારું કહેવું છે ને ?

સમજી—હા. એક ઉઘાડા શરીરે રાતે સૂઈ રહ્યાથી ઉધરસ વગેરે થઈ આવે, વળી જે છોકરાને ઉધરસ કે પેટની પીડા થઈ હોય તેના શરીર ઉપર એક ગરમ લૂગડું પહેરાવી કે ઓઢાડી રાખવું જોઈએ.

માણેક—ગરમ લૂગડું કે ફલાલીન ?

સમજી—હા, ગરમ લૂગડાંમાં ફલાલીન જ સૌથી સરસ છે, એટલે ફલાલીન ઓઢાડવું.

માણેક—પણ જેમની ફલાલીન લાવવાની શક્તિ ન હોય, તેઓ એવા છોકરાના શરીરે શું પહેરાવે ઓઢાડે ?

સમજી—ફલાલીનને બદલે બીજું કોઈ રૂપ લૂગડું રાખે. છોકરાના શરીરને ઢાંકેલું રાખવું, એ જ મુખ્ય વાત છે.

માણેક—હવે એ મેં બરાબર યાદ રાખ્યું.

સમજી—છોકરું જે ઘરમાં કે ચોરડામાં રહે તે ખંડ

સારા સાફસૂફ હોવો જોઈએ. તેની અંદર પવન ખૂબ ખુલાસાથી આવતો જતો જોઈએ. અને દિવસને વખતે તેનાં બધાં બારી બારણાં ખુલાં રાખવા જોઈએ.

માણિક—પણ રાતે તો બધાં બારી બારણાં બંધ કરી રાખવાં ને ?

સમજી—રાતે બારી બારણાં બંધ કરવાં જોઈએ તો ખરાં, પરંતુ ઘરની અંદર જરા પણ પવન ન આવે, તેમ કરવું ન જોઈએ.

માણિક—તે કેવી રીતે ?

સમજી—છોકરું જે તરફ સૂઈ રહેતું હોય, તે તરફનાં બારી બારણાં બંધ કરીને, બીજી તરફની સામસામેની બે બારીઓ ખુલ્લી રાખવી એટલે થયું. એમ કર્યાથી ઘરમાં પવન આવતો જતો રહેશે, ને છતાં છોકરાના શરીર ઉપર વાયરો નહિ લાગે. કહેવાની મતલબ એ કે છોકરું સતું હોય તેના ઉપર પવન ન લાગવો જોઈએ પણ આખા ઓરડામાં હવાની અવરજવર ચાલુ રહેવી જોઈએ.

માણિક—વાહ ! હવે હું સમજી.

સમજી—સૂઈ રહેલા છોકરાને બફારો લાગે, તો રાતે બારણું ઉઘાડી નાંખીને કે બારીની પાસે લઈ જઈને તેના શરીરે પવન લાગવા દેવો ઠીક નથી. તેનાથી ઉધરસ, ઠંસો, તાવ અને ચેટની પીડા થઈ આવે છે.

માણિક—પણ છોકરું તાપથી અકળાઈને રહે તો શું કરવું ?

સમજી—પંખા વડે પવન નાંખવો. વળી વરસાદના દિવસમાં છોકરાંને બહુ આવચેતીથી રાખવાં રાત દહાડો તેમના શરીર ઉપર પૂરતાં લૂગડાં પહેરાવી રાખવાં. વરસાદમાં પલળવા દેવાં નહિ તેમ પાણીમાં કે કાદવ કચરામાં ફરીને પગને ભીના કરવા ન દેવા. પગ ભીના રાખવા એ બહુ ભારે દોષ છે.

માણેક—કેમ તેથી શું થાય છે ?

સમજી—હઃખ. ઉધરસ, શરદી થઈ આવે. વળી છોકરું પવન અને અજવાળું બરાબર ન પામે, તો તે વધી શકે નહિ, તે જાણો છો ને ?

માણેક—હા, તે તો બરાબર જાણું છું.

સમજી—છોકરું દસ બાર વરસનું થાય એટલે તેને ખોળામાં લઈને સવારે અને સંધ્યાકાળે બહારની હવામાં જરા જરા લઈ જઈને ફેરવી લાવવું. એથી છોકરાનું શરીર સાબું તાબું રહે. પરંતુ તેના અંગ ઉપર સારાં લૂગડાં લેતાં પહેરાવ્યા વગર એવો બહારનો પવન તેને લાગવા દેવો નહિ. અને ચાલતાં શીખે એટલે થોડું થોડું બહાર ફેરે હરે તેમ કરવું. છોકરાને જેટલું સાફસુફ રાખી શકાય તેટલું સાફ. રોજ નિયમ પ્રમાણે એક વાર તેને નવડાવવું.

માણેક—રોજ નવડાવ્યાથી છોકરાને કફ, શરદી-ઉધરસ થઈ આવે નહિ ?

સમજી—ના, એથી ઉલટું, પાંચ સાત દિવસને

આંતરે નવડાવ્યાથી તો કદ્દ ઠાંસો થઈ આવે ખરો. રોજ નવડાવ્યાથી તો ટેવ પડી જાય કેની ? એથી છોકડું સાઈં રહે, અને ઠાંસો-ઉધરસ ના થાય. ઉલટું એ સ્વચ્છ રહે અને તેને લઈને ગંદકી પણ ન રહેવા પામે. એથી બાળકનું શરીર હલકું બને અને રોગ-બોગ દૂર જ નાસી જાય. બાળક જેમ સાફ રહે તેમ તે વધુ આરોગ્યવાન બને.

માણેક—ઠંડા પાણીએ નવડાવવું કે ઉના પાણીએ ?

સમજી—ઉનાળાના કે ઠંડકના દિવસોમાં છોકરાને ગરમ પાણીથી નવડાવવાની જરૂર પડતી નથી. ઠંડા પાણીએ નવડાવવું જ સાઈં છે. અને એ છોકડું શિયાળામાં અવતર્યું હોય, તો જ્યાં સુધી તે બહુ કુમળું રહે ત્યાં સુધી થોડાક ગરમ પાણીથી જ તેને નવડાવવું એ સાઈં છે. ત્યારપછી ટાઢ મટે એટલે રહેતે રહેતે ઠંડા પાણીએ નવડાવવાની ટેવ પાડવી; પણ છોકડું માંદું થાય કે દુઃખ દરદ થઈ આવે તો તેને રોજ નવડાવવું નહિ. અને જો તે બહુ નબળું દુબળું હોય તો તેને નવડાવવાના પાણીમાં થોડુંક મીઠું નાખીને નવડાવવું.

માણેક—પાણીમાં મીઠું નાંખવાથી શું લાભ થાય ?

સમજી—પાણીમાં મીઠું નાંખીને નવડાવ્યાથી છોકરાના શરીરમાં જલ્દી બળ આવે, અને નબળું દુબળું ન રહે.

માણેક—ત્યારે તો હું એક નવું શીખી.



સમજી—વળી એક બીજી અગત્યની વાત પણ તમને કહેવાની છે ?

માણેક—તો કહી જ દોને ?

સમજી—તે એ કે બાળક ત્રણ-ચાર મહિનાનું થાય કે તરતજ શીતળા કઢાવવા. આજ કઢાવીશું—કાલ કઢાવીશું, એમ કરીને વાતને લાંબાવ્યા કરવી નહિ.

માણેક—ઠીક, એ શીળી કઢાવ્યા પછી ઓરી, અછબડા, બળિયા યગેરે નીકળવાનો કાંઈ લય રહેતો નથી, નહિ ?

સમજી—ના, ઘણે ભાગે ન રહે.

માણેક—ત્યારે ઘણાં લોક ખુશીથી શીળી કેમ કઢાવતાં નથી ?

સમજી—સૌની સમજણ કાંઈ એકસરખી હોય છે ? કોઈ એને સાફ કહે છે અને કોઈ માફું કહે છે. પણ જેમ જેમ વખત જતો જશે તેમ તેમ લોકો એનાં ગુણ સમજતાં થશે, એમ લાગે છે. કેટલીક વખત તો અજ્ઞાનતાને લઈને પણ તેઓ એમ કરે છે.

માણેક—ઠીક, ત્યારે તો જેને જોશીતળા કહે છે, તે જ એને ? એનું નામ તો ઘણાં વરસથી સાંભળવામાં આવે છે. અને કોઈ કોઈ તો વળી એમ કહે છે કે રહી રહીને વચ્ચે વચ્ચે એ શીતળા ટંકાવવા જોઈએ, તે શું ખરું છે ?

સમજી—હા, પાંચ પાંચ વરસને આંતરે કઢાવવા

જોઈએ એમ ક્યોથી કંઈ નુકશાન નથી. ઉલટું બળિયા વગેરેનો જરાય ભય ન રહે.

માણેક—સાડ. હવેથી હું મારાં છોકરાંને શીળી કઢાવ્યા વગર નહિ રહું. અને બીજી સ્ત્રીઓને પણ સમજાવીને કહીશ કે તેઓ પણ પોતાના બાળકોને શીતળા ટંકાવતાં રહે.

સમજી—વાહ ! આવું જ કરવું જોઈએ. આપણે જે કંઈ નવું અને અગત્યનું જાણતાં હોઈએ તેનો લાભ બીજાઓને આપવો ખાસ જરૂરનો છે. અને આવી બાબતની સલાહ તો વગર પૂછે જ આપી દેવી.

માણેક—સ્ત્રીઓને જો આવી રીતે સમજણ પાડીને કહેવામાં આવે તો શું એમ ધારો છો કે તેઓ શીળી કઢાવવાની આનાકાની કરે ? કદી પણ નહિ. એના ગુણ દોષ કંઈ પણ તેમના જાણવામાં નથી. પુરૂષો પણ જાણતા નથી, તો પછી ઘરના ખુણામાં ભરાઈ રહેનારી સ્ત્રીઓ બિચારી કેવી રીતે જાણે ?

સમજી—તમારી વાત તદ્દન સાચી છે.

માણેક—પણ બહેન ! છોકરું કેટલું મોટું થાય ત્યારે શીતળા કઢાવવા જોઈએ ?

સમજી—જરૂર જણાય તો મહિના એકનું થાય એટલે કઢાવી શકાય.

માણેક—શીળી કઢાવવાની વળી જરૂર જણાવી કેવી રીતની ?

સમજી—તે કહું છું. એમ ધારો કે મહા મહિનામાં છોકરું અવતર્યું, તો તે એક મહિનાનું થતાં જ તેને શીતળા કઢાવવા. કેમકે કાગણ-ચૈત્ર ચોરી ખગિયા નીકળવાનો એટલે કે એ રોગનો વખત ગણાય છે. તેથી પહેલેથી શીતળા ટંકાવી રાખ્યા ન હોય, તો શી ખબર, વખતે છોકરાને એ રોગ થઈ આવે. શીતળા કઢાવવાની જરૂર પડે એટલે શું, તે હવે સમજ્યાને ?

માણેક—હા, હવે સમજી. પણ ઠીક, એવા કાચા વાસાના છોકરાને શીતળા કઢાવાય ખરાં ?

સમજી—કેમ ન કઢાવાય ? એમાં કાંઈ દુઃખ નથી, કે કાચું છોકરું સહન કરી શકે નહિ.

માણેક—કયા મહિનામાં શીતળા કઢાવવા ?

સમજી—ટાઢના દિવસમાં જ કઢાવવા. કારતકથી કાગણ મહિના સુધી એ શીતળા ટંકાવવાનો વખત છે. તાપ પડવા માંડે એટલે પછી શીતળા ટંકાવવા સારા નથી.

માણેક—ત્યારે અમારે અહીંના શીતળાના ડોક્ટર તો બારે માસ કાઢ્યા કરે છે.

સમજી—હા, તેમ થાય છે ખરું, પણ શિયાળામાં કઢાવવા સારા.

માણેક—ઠીક. એ બાબત હવે સમજ્યામાં આવી.

સમજી—એક બીજી વાત પણ સાંભળો. કુમળું બાળક જો એક રાત અને એક દિવસમાં જરાય ઝાડે ગયું

ન હોય તો તે પછીને દિવસે એટલે કે બીજે જ દિવસે તેને થોડુંક દિવેલ પાઈ દેવું કે જેથી ઝાડો થઈ જાય. એમાં વિલંબ કરવો યોગ્ય નથી.

માણેક—કેટલું દિવેલ પાવું ?

સમજી—છોકરાની વય જોઈને જીલાબનું માપ આંધું વતું કરવું જોઈએ. આઠ દહાડાથી તે એક મહિના સુધીના છોકરાને પા ચમચા જેટલું દિવેલ પાવું અને એક મહિનાની વયના છોકરાને અડધો ચમચો પાવું. ત્યાર પછી, તેની ઉમ્મર જોઈને દિવેલનું માપ વધારવું. એમ દિવેલ પાયાથી જો ઝાડો થયો નહિ એમ જણાય, તો બીજું થોડુંક દિવેલ લેઈને છોકરાના પેટે ઘસીને ચોળવું એટલે તુરત ઝાડો થયા વગર રહેશે નહિ. બચ્ચાનું પેટ સાફ આવવું ખાસ જરૂરનું છે.

માણેક—શું કહો છો ? દિવેલ પેટે ચોળ્યાથી ઝાડો થાય ? એ તો હું બાણી નહોતી. આ તો સાફ કહેવાય ?

સમજી—દિવેલનો જીલાબ એ નાનાં છોકરા માટે મોટામાં મોટું અને બરામાં બહુ ચોસડ છે પેટમાં અમળાય, ચૂંક આવે કે કંઈ થાય તો એના જીલાબથી તે બધું મટી જાય છે.

માણેક—પેટમાં હુએ અને તે ઉપર પાછો જીલાબ આપવો એ શું બરાબર છે ?

સમજી—છોકરું જો વારે વારે કૂચા પાણી જેવો ઝાડો કર્યા કરે, તો તે ઉપરથી જ સમજી જવાનું કે, એવો

કુચા પાણી જેવો ખરાબ ઝાડો જ્યાં સુધી છોકરાના પેટમાં રહેશે, ત્યાં સુધી તેના પેટમાંની પીડા કયાથી મટશે નહિ. એવું જોઈને જો તેને દિવેલનો જીલાબ આપવામાં આવે, તો તેથી એ ખરાબ મળ નીકળી જઈને પેટ સાફ થઈ જતાં જ છોકરાનું દુઃખ જતું રહેશે. પેટની પીડા થયેથી દિવેલનો જીલાબ આપવાની જરૂરિયાત હવે જણાઈને ?

માણેક—હા, હવે તે સમજણમાં આવ્યું.

સમજી—અને તમે કહ્યું હતું કે, છોકરાના પેટમાં અમળાયાથી કે ચૂંકાયાથી દિવેલનો જીલાબ આપવો પડે; એ તો જાણે ઠીક, પણ એમ શી રીતે માલમ પડે કે છોકરાના પેટમાં અમળાય-ચૂંકાય છે ? એને દુઃખ થાય છે ?

સમજી—કેમ તે જાણવું કાંઈ બહુ મુશ્કેલ નથી. છોકરું જો રહી રહીને તરફડાટ કરીને રડી ઉઠે, અને પેટ શેક્યાથી કે દાબીને ઝાલી રાખ્યાથી શાન્ત પડે-છાતું રહી જાય, તો તેથી જાણી લેવું કે તેના પેટમાં-અમળાય ચૂંકાય છે.

માણેક—હા, હવે હું સમજી. ઘણીવાર રડતાં છોકરાઓ એવી રીતે છાના પણ રહી જાય છે. હાં, પણ તેમ છતાં પણ પેટની પીડા ન મટે તો ?

સમજી—દિવેલનો જીલાબ આપ્યા પછી જો જણાય કે છોકરાના પેટની પીડા મટી નથી, તો દૂધની સાથે થોડુંક ચૂનાનું પાણી પાવાનું શરૂ કરવું. થોડા દિવસ એવી રીતે પાતાં પાતાં પેટનું દુઃખ દરદ તદ્દન મટી જશે.

**માણેક—**ચૂનાનું પાણી કેવી રીતે તૈયાર કરાય, અને દૂધની સાથે કેટલું કરીને પવાય, તે કહોને ?

**સમજી—**એક મોટી ખાટલીમાં અઢી શેર જેટલું સ્વચ્છ પાણી ભરીને તેમાં અઘોળ ચૂનાનો બૂકો નાંખવો. પછી ખાટલીનું મોં મજબૂત ખૂચ મારી સારી રીતે સજ્જત બંધ કરી દઈને થોડીકવાર સુધી તે ખાટલીને ખૂબ ભેરભેર હલાવવી. પછી એક જુદી જગ્યાએ ખાટલીને રાખી મૂકવી અને આશરે ત્રણેક પહોર થયા પછી તેમાંના ઠરી ગયેલા પાણીને એવી જુક્તિથી બળવીને એક બીજા વાસણમાં નીતારી લેવું કે, નીચે ઠરી બેઠેલા ચૂનો ડાહોળાઈ ન ઉઠે, એમ ને એમ ઠરેલો રહી જાય. એ તમારે ચૂનાનું પાણી તૈયાર થઈ ગયું. આ ચૂનાના પાણીને દૂધમાં ભેળવીને આપવું. દૂધ બે પોણા શેર હોય તો નવટાંક જેટલું ચૂનાનું પાણી ભેળવવું. છોકરાને દૂધ જ્યારે જ્યારે પાવું હોય ત્યારે તેને આ ચૂના ભેળેલું દૂધ જ આપવું. રાજ આવી રીતે દૂધ તૈયાર કરવું. આ ચૂનાનું પાણી ઘેર ન બનાવવું હોય તો તૈયાર દવા વેચનારને ત્યાં પણ મળે છે.

**માણેક—**હવે આ બરાબર સમજી ગઈ.

**સમજી—**જે બચ્ચાંને ધાવણ ટકતું ન હોય અને જે વારંવાર ઓક-ઓક કર્યા કરે તેને માટે આ ચૂનાનું પાણી ભેળવેલું દૂધ એક સુંદર ઉપાય છે. બાળક હઠી જેવું ઓકતું જણાય કે તરત જ તેને ચૂનાના પાણીવાળું દૂધ પાઈ દેવું. એ એના પર ખૂબ જ અકસીર છે. બાળકના ભલા માટે

તેને દર મહિને એકવાર દિવેલનો જીલાખ તો આપવો જ જોઈએ.

માણેક—કેમ, દર મહિને એક જીલાખ આપવાની શી જરૂર છે ? જીલાખ આપવાની ટેવ પાડવી શું સારી છે ખરી ?

સમજી—દર મહિને એક જીલાખ આપ્યાથી છોકરાનું શરીર સાફ રહે છે. કેડો કબજ થયાનો-ખંધકોષ જેવું થવાનો જે રોગ છે તે થવા પામે નહિ, અને પેટનું દરદ પણ ન થાય. જીલાખથી બાળકનું આરોગ્ય વધે છે. એને રોગ-બોગ થવાનો કંઈ ભય રહેતો નથી.

માણેક—દર મહિને જીલાખ આપીને કોઠાની કબ-જિયાત તો દૂર કરીએ પણ બાળકનાં પેટમાં ક્રમ થાય છે તેનો ઉપાય શો ? અને દાંત આવવાને વખતે બાળકને જે દુઃખદરદ થાય છે તે મટાડવા માટેના પણ કંઈ ઉપાયો હશે ને ?

સમજી—હા, એના પણ ઉપાય છે. જુઓ, બાળકને વચ્ચે વચ્ચે જીલાખ આપો, ખાવાપીવામાં ખૂબ કાળજી અને સાવચેતી રાખો. તેના ખાન-પાનની સાથે રોજ થોડું થોડું મીઠું પણ આપતાં રહો. જો દાંત આવવાની પીડાથી જ રોગ થયો હોય એવું જણવામાં આવે તો જે સ્થળે દાંત આવી રહ્યા હોય તેની બાજુમાં અને ઉપરની તરફના ભાગને નસ્તર વડે સહેજ ચીરી દેવા જોઈએ. એને આમ થોડાંક ચીરી દેશો એટલે પીડા મટી જશે. પણ આવી રીતે

ચીરવાનું કામ ડોક્ટરનું છે, માતાઓનું નથી. અનુભવી ડોક્ટર જ આ કામ કરી શકશે.

માણેક—ઓ ! આપણા હાથે તે એ કામ કેવી રીતે બની શકે ? પણ આ બધું બહુવામાં હોય, તો પછી ડોક્ટરને દેખાડતાં શું વાર લાગવાની ?

સમજી—બાળકને મીઠાઈ ખાવા ન દેવી. તેમ જ ટાઢો કે વાસી ભાત કે ખીચડી કે એવું બીજું કંઈ હોય તે પણ ખાવા ના આપવું. જે જે ખાવાનું આપવું તે સાફ ચોખ્ખું અને તાજું જ આપવું જોઈએ. પેટમાં દુઃખ થાય તેવું કશુંએ ખાવા પીવાનું તેને આપવું નહિ. ખાણાપીણાની સાવચેતી તે એ જ. કેમ આ બધું સમજ્યાં ને ?

માણેક—હા, હવે બરાબર સમજી.

સમજી—બીજું સાંભળો ! છોકરું જરા જરા ઉભુ થતાં કે ઘૂંટણીએ ચાલતાં શીખે એટલે પછી તેને ખૂબ સાવચેતીથી રાખવું જોઈએ.

માણેક—ખૂબ સાવચેતીથી એટલે ?

સમજી—ખૂબ સાવચેતીથી એટલે એમ કે એવા છોકરાને સદા આંખની આગળ ને આગળ રાખવું. એટલે તે ક્યાં અને કેવી રીતે રમે છે તે હરવખત જોતાં તપાસતાં રહેવું. એમ કરવામાં ન આવે, તો તે અહિંથી તહિં પછડાઈ કુટાઈને એટલે પડી આખડીને હાથ પગ ભાંગી બેસે, વગેરે અનેક પીડાઓ ઉભી કરે.

માણેક—હા, તમારું કહેવું હવે સમજાયું.



સમજી—ખીજ એક વાત પણ અત્યારે તમને કહી દઉં છું.

માણેક—કંઈ વાત ?

સમજી—છોકરાને દાંત આવતી વખતે એ સિવાય ખીજાં પણ અનેક દુઃખ દરદ થઈ આવે છે. માટે તે વખતે બહુ સાવચેતીથી અને ખબરદારીથી તેનું જતન કરવું જોઈએ.

માણેક—હા, દાંત આવતાં છોકરાને પેટની પીડા, ઝાડો, ઉલટી, ખકારી અને ઉધરસ, ઠંસો તથા આંખો દુખવા આવવી વગેરે થાય છે ખરું. એ વાત તો કાંઈ ખોટી નથી. એવું એવું થાય તો શું કરવું જોઈએ તે સમજાવો.

સમજી—આવું કંઈ થાય એટલે જરાય ઢીલ વગર કોઈ હોશિયાર ડોક્ટરને દેખાડવું. દાંત આવતી વખતે પણ ઘણાં છોકરાં માર્યા જાય છે. એટલા માટે તમને ફરી ફરીને કહું છું કે, જ્યાં સુધી એ વખત વીતી જાય નહિ, ત્યાં સુધી છોકરાને બહુ સાવચેતીથી રાખવું. નહિ તો પછી જીંદગી સુધી પસ્તાવાનું રહેશે.

માણેક—વારૂ તાણ થવાની વાત જો કહી, તેનાથી છોકરાને એટલું બધું દુઃખ પડે છે કે તે જોઈ શકાતું નથી. તો તે વખતે શું કરવું ? પછીથી તો જાણે ડોક્ટરને દેખાડાય; પણ તરત વેળાનો કંઈ ઉપાય શું કરવો ?

સમજી—તાણ થાય તે વખતે ઝારીમાં ઠંડું પાણી ભરીને તેના મુખ વડે તે પાણી છોકરાના માથા ઉપર આશરે હાથ દોઢ હાથ ઉંચેથી ધાર કરીને રેડતા રહેવું. એમ કરવાથી તેનું જોર નરમ પડી જાય છે. દરમ્યાન ડોક્ટર પણ આવી પહોંચશે અને એ પીડા દૂર થઈ જશે.

## પ્રકરણ ૧૦મું

બાળકને થતાં રોગો તથા તેનાં પ્રાથમિક લક્ષણો

માણેક—સમજી બહેન ! હજી મારે તમને ઘણી વાતો પૂછવાની રહી છે. એ બધી વાતો બાળી રાખવી જરૂરની છે. વળી કેટલીક વાતો પૂછવાની બૂલી પણ ગઈ છું.

સમજી—તો એ પૂછી લ્યોને ? જે કંઈ તમે પૂછશો તેનો જવાબ હું તમને આપીશ. મનમાં કંઈ પણ શંકા કે વસવસો રાખશો નહિ. જેમાં ગુચવાડો થતો હોય—જેમાં સમજ પડતી ન હોય તેવી વાતો જરૂર પૂછી લેવી. હું પણ આજે નિરાંત લઈને આવી છું. સાંજ સુધી તમારી સાથે જ છું. એ ઠરમ્યાન જે કંઈ પૂછવું હોય તે ખુશીથી પૂછો.

માણેક—હું પણ તમને કંઈ છોડું એમ નથી. બાલુવા જેટલું છે તે તો હું પૂછવાની જ. પણ બહેન, અમારી પ્રસૂતિઓ છોકરાને ઘોડિયામાં સુવાડીને તડકામાં રાખે છે તેનાથી કંઈ ફાયદો ખરો ?

સમજી—ફાયદો તો છે, પરંતુ પવન અને પ્રકાશની છોકરાં પર જે અસર થાય છે તે એનાથી થતી નથી. તડકામાં રાખી તાપમાં બચ્ચાંને શેકવાં કરતાં પ્રકાશને હવાવાળા સ્થળમાં રાખ્યો હોય તો વધુ સાર.

માણેક—ત્યારે છોકરાને તડકામાં સુવાડવું કે તેના ઘોડિયાની નીચે થોડોક તાપ રાખીને તપાવવું એ સારું નથી ?

સમજી—છોકરાના શરીરે થોડો તડકો કે તાપ

લાગ્યાથી નુકશાન નથી. પરંતુ તેના માથે અને બોચીએ તાપ લાગ્યાથી બહુ હરકત પહોંચે છે. ઘણા તડકો કે બીજી કોઈ પણ જાતનેા ઘણા તાપ લાગ્યાથી તેના મગજને ઈલા પહોંચે છે.

**માણેક—**એમ કે? અમારી પ્રસૂતિઓ તો ત્યારે ઊલટું જ કરતી દેખાય છે. શરીરે તાપ લાગે કે ના લાગે પણ બરાબર માથા ઉપર જ તડકો પડે એવી રીતે તેને સુવાટે છે. અને ઘોડિયા નીચે તાપ રાખે છે તે પણ બોચી અને માથાને લાગે તેમ મૂકે છે, અને તેની આંચ એટલી તો લાગવા દે છે કે, છોકરું અંદર કૂદે છે, ઉછળે છે અને રડારોળ કરી મૂકે છે, પણ દેવતાને તેની નીચેથી દૂર કરી દેતાં નથી. પણ બહેન છોકરાના માથામાં એટલું બધું તેલ નાખે છે કે કપાળ, લમણા અને બોચીએ થઈને તેના રેલા વહ્યા કરે છે. એવું ઘણું તેલ નાખવું એ બાળકને મારે કાયદાકારક છે?

**સમજી—**કાયદાકારક તે કેવી રીતે હોય? છોકરાના શરીરને સાફ રાખવાની તો જરૂર છે. અને એમ ઘણું તેલ નાખ્યાથી કાંઈ સાફસુફ રહી શકે ખરું કે? ઉલટું ઘણું ગંદું થાય. ફાલ્ગા, ખસ, એ બધું શરીરને એવી રીતે મેલું ગંદું રાખ્યાથી જ થાય છે.

**માણેક—**તમારું કહેવું ખરું છે. અમારા લોકોનાં છોકરાઓને ખસ-ગુમડાં વગેરે એનાથી જ થતાં હશે. આમ જો હોય તો પછી બાળકનું ઘોડિયું-પથારી-પાથરણું વગેરે બધું જ સ્વચ્છ અને ધોયેલું રાખવું જોઈએ.

**સમજી**—હા, જરૂર. શરીરને મેલું-ગંદું રાખ્યાથી જેટલું નુકશાન છે તેટલું જ નુકશાન મેલાં લૂગડાં અને ગંદાં પાથરણાં વગેરેથી થાય છે. નાના છોકરાનાં લૂગડાં વગેરે રોજ તડકામાં નાખવા જોઈએ અને દર એક-એ દિવસે તેને સાબુથી ધોવા જોઈએ.

**માણેક**—નાના છોકરાં મૂતરે અથે તે લૂગડાં તો ધોવાં જ જોઈએ એને તડકામાં સુકવ્યાથી ન ચાલે કેમ ખરૂંને ?

**સમજી**—હા. એને તો સાફ કરીને બાકીને ધોવા જોઈએ. હાં, અને એક બીજી વાત. છોકરાંને મૂતરવાળું લીનું ટપડું પહેરાવી રાખવું યોગ્ય નથી. ઘણાં ઘૈરાઓ બચ્યાંએને લીના મૂતરવાળાં જ લૂગડાં પહેરાવી રાખે છે. એનાથી ખસ-ગુમડા દરાજ વગેરે થવાને ભય રહે છે. ઉધરસનું મૂળ કારણ પણ આજ છે. આપણા ઘૈરાઓને એની ગતાગમ હોતી નથી.

**માણેક**—ખરૂં કહ્યો છે. આખી રાત મૂતરની ઉપર પડી રહ્યાથી ઉધરસ-ખસ થાય જ.

**સમજી**—બીજું કંઈ પૂછવું છે.

**માણેક**—હા, હજી પૂરૂં ક્યાં થયું છે ? હાં, પણ નાના બાળકો માંદા પડવાના હોય છે તેના કંઈ લક્ષણો આગળથી જાણી શકાય ખરાં ? જો એવા ઉપાયો જાણવામાં આવે તો બાળકો માંદા પડે તે પહેલાં જ તેનો ઈલાજ પણ કરી દેવાય.

**સમજી—**એવા લક્ષણો છે જ. મા જો બુદ્ધિશાળી હોય, અને રોજ છોકરાંનું શરીર અને તબિયત બરાબર તપાસતી ને જોતી રહે, તો તે માંડુ થતાં પહેલાં જ સમજીને સાવચેત થઈ શકે.

**માણેક—**છોકરાંનું શરીર અને તબિયત તપાસીને જોવાથી શું સમજાય ?

**સમજી—**શરીર અને તબિયત તપાસીને જોવાથી તેના શરીરનો ભાવ જેવો સમજાય છે, તેવો બીજા કશાથી સમજાતો નથી. હમણાં આ બધું તમને બુલાસાથી સમજાવું છું.

**માણેક—**તો તો ઠીક થાય.

**સમજી—**જુઓ સાંભળો:

૧. બાળક સાબુસમું હોય અને એકાએક રહી રહીને ઊલટીઓ તથા મોઢું કડવું કર્યા કરે તો જાણવું કે તેના પેટમાં કંઈ બગાડ થયો છે, પાચનશક્તિ નરમ પડી ગઈ છે કે કંઈ એવો જ પેટનો રોગ થયો છે એમ જાણવું. અને આ થાય એટલે જો તેના ખાવાપીવામાં સાવચેતી ન રાખવામાં આવે તો બાળકના પેટમાં વધુ બગાડો થાય અને તેને દરદ થઈ આવે, એમાં જીવ પણ ગુમાઈ જાય.

**માણેક—**ખાવાપીવામાં શું સાવચેતી રાખવી જોઈ એ ?

**સમજી—**દૂધ કે એવી કોઈ ભારે પડે તેવી ચીજ નહિ આપતાં જરા આરાડ કે એવો જ કોઈ પદાર્થ આપવો. અને બ્યારે પેટના બગાડનું ચિન્હ તથા ઊલટીઓ વગેરે બંધ થઈ જાય ત્યારે જ ધીમે ધીમે સહે તેવો ખોરાક આપવો શરૂ કરવો.

માણેક—આ તો સાફ કહેવાય! આવું જ ને બધી બહેનો બાણવા માંડે તો બાળક પેટની બીમારીના રોગથી જરૂર બચી જાય. પછી બીજું લક્ષણ કયું?

સમજી—એ જ હવે કહું છું.

૨. બીજો નિયમ એ કે બચ્ચાંની જીભ તેની માથે રાજ તપાસવી જોઈએ. જે દિવસે જણાય કે જીભની ઉપર ઘોળા ઘાખા કે કાંટા જેવા થયાં છે તો બાણી લેવું કે તેને ખાધેલું પર્યું નથી અને પેટમાં બગાડ થયો છે. આ જોવામાં આવે કે તરત જ તેને એવું ખાવાને આપવું જોઈએ કે જેથી તેને ચોક્કસ થાય કે પછી તેને ઝાડો થઈ જાય. આમ થવાથી બગાડ નીકળી જશે અને બચ્ચાંનું પેટ હલકું થઈ જશે.

માણેક—એમ જોવામાં આવે તો શું ઇલાજ કરવો જોઈએ?

સમજી—ઝાડાની કબજીયાત ને ન હોય તો ફક્ત ખવડાવ્યાની ભૂલચૂકથી જ એમ થયું છે, એમ નક્કી કરવું. અને તેને માત્ર આરાઈટનો ખોરાક આપવો. અને બગાડના ચિન્હ મટી જાય એટલે જીભ સારી સાફ થાય, ત્યાર બાદ થોડું થોડું દૂધ આપવાનું શરૂ કરવું.

માણેક—અને જો ઝાડાની કબજીયાત જ હોય, તો?

સમજી—પહેલાં જીલાબ આપીને પછી ખાવાપીવાનો બંદોબસ્ત કરવો.

માણેક—જીલાબ તો દિવેલનો જ?

સમજી—તે નહિ તો બીજું કયો? છોકરાની વચ્ચે જોઈને કેટલું દિવેલ પાવું જોઈએ, તે પહેલાં હું કહી ગઈ છું. કેમ યાદ છે ને ?

માણેક—એ તે વળી યાદ ન હોય કે ? તમે જે જે કહ્યું છે, તેમાં કંઈ પણ હું ભૂલી ગઈ નથી.

સમજી—એવું જ જોઈએ. પેટના બગાડ સિવાય બીજા કારણથી પણ જીભ એવી થઈ જાય છે.

માણેક—બીજા કયા કારણથી ?

સમજી—તાવ આવ્યાથી પણ જીભ એવા ધોળા ધોળા ધાખા થઈ જાય.

માણેક—ત્યારે તો આ નિશાની સારી જાણવામાં આવી. છોકરાની જીભની હાલત જો એવી જોવામાં આવે, અને તેની સાથે તાવખાવ કંઈ ન હોય, તો નક્કી જાણવું કે, એવી જીભ એ પેટના બગાડનું જ લક્ષણ છે.

સમજી—દૂધ પાતી વખતે છોકરાંની જીભ ઉપર ઝીણા ઝીણા દાણા જેવું લાગી રહે છે, અને દૂધ પાયા પછી જરાક ઠંડું પાણી નહિ પાયાથી જીભના ઉપર પાતળાં ધોળાં ધાખા જેવું ખાઝી જાય છે. એ ડાઘ ઉખડી ગયાથી કોઈ કોઈ વાર તેની નીચે ઘા અથવા ચાંદી જેવું દેખાય છે. એવી ચાંદીથી કોઈ કોઈ છોકરાં ખાતાં પીતાં બંધ થઈ જઈને છેક ઢીલાં પણ થઈ જાય છે.

માણેક—તમારું કહેવું સાચું છે. ઘણાં નાનાં બાળકોને જોઈએ છીએ કે જીભ સાફ હોતી નથી અને તેના

ઉપર ઠેકાણે ઠેકાણે ચાંદી પડેલી હોય છે. પણ હવે બાણુ કે, એ કાંઈ ગેગ નથી. માની બેકાળજીથી જ એ થાય છે.

સમજી—દૂધ પાયા પછી જો જરા ટાડું પાણી પાઓ, તો જીભ સારી સાફસુફ રહે. વળી એથી છોકરાં પણ સારાં રહે, અને બહુ ઓકીને ગંદા પણ ન બને.

માણેક—એમ ? દૂધ પાયા પછી જરાક ઠંડું પાણી આપ્યાથી એટલો બધો ફાયદો થાય છે ? ઠીક, પછી ?

સમજી—૩. બાળકનો આડો જો ગંધાતો હોય તો પિત્તનો ભાગ ઓછો પડે છે એમ બાણુવું. એનો ઈલાજ જો નહિ કરવામાં આવે તો છોકરાંને બહુ જલદીથી પેટનો રોગ થઈ આવે છે.

માણેક—ત્યારે તો આડો ઘણો ગંધાય એ ભારે દોષ છે ? ઠીક, બાળકના આડાનો રંગ સાધારણ રીતે કેવો હોવો જોઈએ ?

સમજી—કેમ, તે પણ નથી બાણુતાં ? છોકરાંઓનો જ નહિ પણ નાના મોટા બધાના આડાનો રંગ પીળાશ પર હોય તો સારું.

માણેક—હા, આડાનો રંગ પીળાશ પડતો જ હોવો જોઈએ. કારણ, એવા રંગના આડામાં ગંધ હોતી નથી. જ્યારે કાળો આડો થાય છે ત્યારે તે ખૂબ જ વાસ મારે છે. આ રંગનો આડો પેટનો બગાડો જ સૂચવે છે ને ?

સમજી—હા, એ નહિ તો બીજું શું ? આડો પીળાશ પડતો અને જેમાં દુર્ગંધ ન હોય તે જ સાધારણ આડો



કહી શકાય. વળી આડો બહુ ઢીલો, પાતળો અને અતિ કઠણ પણ ન હોવો જોઈએ.

માણેક—આડો ઘણો ગંધાતો હોય તો તેનો ઉપાય શો ?

સમજી—થોડી જાલપની ભૂકી અને રેવંચીની (રૂખાળી) લેગાં કરીને છોકરાંને ખવડાવવાં. આ દવાથી બે-ત્રણ વાર આડો થઈને તેની દુર્ગન્ધ જતી રહેશે.

માણેક—જાલપની ભૂકી વળી તે કેવી આવતી હશે ?

સમજી—જાલપ એક આડનું નામ છે. એ આડના મૂળને સૂકવીને ભૂકો કરી ખાધાથી આડો થાય છે. બબ્બરમાં એ ભૂકી વેચાતી મળે છે. બરાબર ઓળખાવીને જ એ લેવી.

માણેક—ઠીક, એ બે દવા કેટલાં પ્રમાણમાં આપવી ?

સમજી—એક વરસ બે વરસના છોકરાને બે અઢી રતિ ભાર જેટલું આપી શકાય. બંને ઓસડનું માપ સરખું જ છે. પછી છોકરાંની વય જોઈને એમાં વધારો ઘટાડો કરવો; સહેજસાજ વધારે અપાય તો કંઈ નુકશાન જેવું પણ નથી, એટલે ગભરાવું નહિ.

માણેક—ઠીક, હવે બીજાં લક્ષણો કહો !

સમજી—આડાનો રંગ સાદો એટલે ધોળાશ પડતો હોય તો જાણવું કે, છોકરાંને બરાબર પચી શક્યું નથી. આ લક્ષણ જોઈને પણ જો બચ્ચાંના ખાવાપીવામાં કાળજી ન રાખી તો જલદીથી તેને પેટનું દરદ થઈ આવે છે.

માણેક—ખાવાપીવાની સાવચેતીમાં શું રાખવું જોઈએ ?

સમજી—દૂધનો ભાગ કમી કરી દઈને ફક્ત આરાટ્ટ થોડું થોડું આપવું અને એકલું દૂધ ન ખવડાવતાં ચૂનાનાં પાણીની સાથે મેળવીને ખવડાવવું ચૂનાના પાણીનું માપ, અને તે તૈયાર કરવાની રીત હું તમને આગળ કહી ગઈ છું, એ યાદ તો છે ને ?

માણેક—એ તે કંઈ ભૂલાય કે ?

સમજી—વળી ખાવાપીવાની સાવચેતી રાખ્યા સિવાય પાચનશક્તિ ખીલે તે માટે રોજ રોજ કરિયાતાનું પાણી પણ પાતાં રહેવું જરૂરી છે.

માણેક—એનાથી શું પાચનશક્તિ વધે છે ?

સમજી—હા, એનાથી અગ્નિ વધે છે અને એટલે અજીરણનો પણ તે નાશ કરી દે છે.

માણેક—પછી ?

સમજી—ખચું ગાડે જવા બેસે અને ગાડો થયા પછી પણ તેને શંકા થયા કરે અને જોર જેવું કાઢવું પડે તો તે મરડાનું લક્ષણ સમજવું.

માણેક—મરડો અટકાવવા માટે શું કરવું ?

સમજી—દિવેલનો જીલાખ આપી દેવો. અને સહેલાઈથી પચી જાય તેવી જ ચીજો ખાવા માટે આપવી. દૂધનું પ્રમાણ પણ ઓછું કરી નાંખવું.

માણેક—ખરાબર સમજી. હજી બીજાં લક્ષણો પણ છે નહિ ?

સમજી—કેમ કંટાળી ગયાં ?

માણેક--ના રે. આ તો બાણવાની ઉતાવળ થાય છે. હં પછી.....

સમજી--૬-બચ્ચું જે વારે ઘડીએ જરા જરા કરીને ઝાડો કરતું હોય તો બાણવું કે તેના પેટમાં મળ આઝી ગયો છે. આ મળને જે જીલામ આપીને બહાર ન કાઢવામાં આવે તો તેમાંથી મરડો થઈ જવાનો સંભવ છે. ભારે વસ્તુ ખાવાપીવાથી પણ બચ્ચાંને આવું થઈ આવે છે.

માણેક--આવું થાય તો શું કરવું ?

સમજી--દિવેલનો જીલામ આપી દેવો. બચ્ચાંને સહેજસાજ જીલામ આપવો હોય તો દિવેલનો જ આપવો. એવું પ્રમાણ તો મેં તમને આગળ જણાવ્યું છે.

માણેક--પછી ?

સમજી--૭-છોકરું જેર કરીને ઝાડો કરવા પ્રયત્ન કરે છે છતાં પણ ઝાડો થતો નથી અને તેમ કરતાં લોહી નીકળે છે. આવું જોવા છતાં પણ જે તેને નરમ કરવાનો પ્રયત્ન ન કરવામાં આવે તો એમાંથી મરડો, હરસ વગેરે પેટનાં ભયંકર રોગો થઈ આવે છે.

માણેક--શું કહો છો ? ત્યારે તો કંઠણ ઝાડો બહુ નુકશાનકારક છે. ઠીક, એને મટાડવો કેવી રીતે ?

સમજી--રાજ રાતે સૂતી વખતે સાત આઠ રતી જેટલો ગંધકનો મૂકો ગરમ દૂધની સાથે ખવરાવવો. કંઠણ મળ એટલે કે ઝાડાને નરમ કરવા માટે ગંધક બહુ ગુણી છે.

માણેક—એ તો ઠીક, પણ ગંધક એવી રીતે કેટલા દિવસ સુધી આપવો ?

સમજી—જ્યાં સુધી ઝાડો સારો નરમ ન થાય ત્યાં સુધી. ઘણું કરીને ત્રણ ચાર દિવસ લાગત ખવડાવ્યા પછી ફરી ખવડાવવાની જરૂર નથી, સમજ્યા ?

સમજી—હ-બચ્ચું જે ઊંઘમાં દાંત કચડે અને વારે ઘડીએ નીચેના ભાગમાં ખંજોળ્યા કરે તો જાણવું કે તેના પેટમાં કરમિયાં થયાં છે. અને જે ઝાડાની સાથે કરમિયાં પડે તો તો પેટમાં કરમિયાં થયાં છે તે નક્કી સમજવું.

માણેક—કરમિયાંનો ઇલાજ શું ?

સમજી—એના બે ઇલાજ છે. ૧-પેટમાંના કરમિયાં બહાર ખેંચી કાઢવાનો અને ૨-તે ફરીથી થવા ન પામે તેનો. દિવેલ અને ટરપેન્ટાઇન તેલ સાથે સાથે મેળવીને તેનો જીલાબ આપ્યાથી કરમિયાં પડી જાય. તે સિવાય દાડમના મૂળની છાલ પાણીમાં ઉકાળીને તે પાણી થોડું થોડું બે વખત કેટલાક દિવસ સુધી પાયાથી પણ કરમિયાં પડી જાય છે.

માણેક—અને કરમિયાં ફરીને ઉત્પન્ન થવા ન પામે તેનો ઉપાય શો ?

સમજી—રોજ બચ્ચાંને તેના ખોરાકની સાથે થોડું થોડું મીઠું ખવડાવતાં રહેવું. મીઠું ખાધાથી કરમિયાં થવા ન પામે. તે સિવાય ખાંડ-મીઠાશનો ભાગ ખૂબ ચોષા

આપવો, એટલું જ નહિ, પણ જરાય ન અપાય તો વળી વધારે સારું. તેમજ વાસી દૂધ કે અન્ન ખવડાવવું નહિ. જે ખવડાવવું તે તાજું જ હોવું જોઈએ. ગળ્યા પદાર્થથી કરમિયાં થવાનો ભય બહુ મોટો છે.

માણેક—ઠીક, દિવેલ અને ટરપેન્ટાઈન તેલ એકઠું કરીને જીલ્લાખ આપવાનું કહ્યું છે, તેનું માપ કેટલું ?

સમજી—છ મહિનાના છોકરાંને પા ચમચો દિવેલ અને દસ ટીપાં ટરપેન્ટાઈન ગરમ તેલ આપવું. એ મુજબ વયનો વિચાર કરીને વધતા ઓછા માપથી તે આપવું. જરાતરા વધતું ઓછું પ્રમાણ થાય તો વાંધો નથી.

માણેક—ઠીક, એ દિવેલ અને ટરપેન્ટાઈન ગરમ દૂધમાં નાંખીને પાઈએ તો કાંઈ વાંધો છે ખરો ?

સમજી—નારે, ઊલટું એવી રીતે પાંચાથી બચ્યાંને પીતાં અડચણ પડતી નથી.

માણેક—હવે બરાબર સમજી.

સમજી—બચ્યું જ્યારે પિશાબ કરે ત્યારે તે જગ્યા તપાસવી. જો એ જગ્યાએ પિશાબ કર્યા પછી ચૂના જેવો સફેદ ડાઘ પડે તો જાણવું કે બચ્યાંને ખાધેલું બરાબર હજમ થતું નથી, અને તેને લઈને તેનો ખાંધો ન લેવાય એ પણ સ્પષ્ટ છે. આવું જાણવામાં આવે કે તરત જ તેના ખાવાપીવાની સાવચેતી રાખવી જોઈએ. જો તેમ ન કરવામાં આવે તો શું થાય છે તે જાણો છો ?

માણેક—ના

સમજી—પેટનું ભયંકર દર્દ ઉત્પન્ન થાય તે અને તેનાથી બચ્યાનો પ્રાણ પણ જવાનો ભય પેદા થાય છે.

માણેક—ત્યારે કહો ! પેશાબનો એ દોષ દૂર કરવાનો ઉપાય શો ?

સમજી—પહેલાં ખાવાપીવાના નિયમ કદાચ ખાદ્ય ઓસડની વાત કહીશ. જે બચ્યાને એવો રોગ હોય તેને પેટ ભરીને ખાવા ન આપવું. દૂધ બહુ ઓછું આપવું, ઉકાળેલું દૂધ પાવું નહિ, મીઠાશ ખાવા ન દેવી. રાત ગયા પછી કંઈપણ ખવડાવવું પીવડાવવું નહિ. રોજ સવારમાં નિયમ રાખીને થોડું ઠંડું પાણી પાવું. એથી બૂખમાં વધારો થાય છે, અને પિશાબના દોષ ઘણા ઓછા થઈ જાય છે.

માણેક—શું કહો છો, એ તો બહુ સારો ઈલાજ ગણાય.

સમજી—તેજબળું નામ તમે સાંભળ્યું છે ખરું ?

માણેક—હા, એ દવાના કામમાં પણ આવે છે નહિ ?

સમજી—હા, પણ તેજબ એક જાતનો નથી. અનેક જાતનો એ આવે છે. એમાં ત્રણ જાત મુખ્ય છે ?

માણેક—એ ત્રણ જાતો કઈ ?

સમજી—(૧) ગંધકનો તેજબ, (૨) લવણનો તેજબ, (૩) સુરાખારનો તેજબ.

માણેક—એક તેજબને ગંધકનો તેજબ કેમ કહેતાં હશે ?

સમજી—એ ગંધકમાંથી તૈયાર થાય છે માટે.

માણેક—ત્યારે તો લવણ તેજબ મીઠામાંથી તૈયાર થાય છે માટે જ કહેવાય છે ને ?

સમજી—હા, તમારૂં કહેવું બરાબર છે.

માણેક—સુરોખાર તેજબ શેમાંથી તૈયાર થાય છે ?

સમજી—એ સુરોખારમાંથી તૈયાર થાય તે માટે તેને સુરોખારનો તેજબ કહે છે.

માણેક—ત્યારે એને તેજબ કહેવાનું કારણ શું ?

સમજી—બધી વસ્તુઓને એ ગાળી નાંખે છે, માટે તેને તેજબ એટલે કે પાણી અથવા રસ કરી દેનાર કહે છે.

માણેક—જે કાંઈ એમાં નાંખીએ તે શું ગળી જાય છે ?

સમજી—હા, લગભગ બધી ધાતુઓને એ ગાળી દે છે.

માણેક—હીક. એ તેજબ દવામાં પણ વપરાય છે ?

સમજી—લવણ તેજબ અને સુરોખાર તેજબ એ બન્ને રોગનું ઓસડ છે.

માણેક—એ બે તેજબનું માપ શા પ્રમાણે અને તે કેવી રીતે પાવા જોઈએ ?

સમજી—એક ટીપુ લવણ તેજબ અને સાત ટીપાં ઠંડું પાણી ભેળું કરીને, તેનુંજ એક ટીપું થોડાક કરિયાતાનાં પાણીની સાથે સવારે એક વાર અને સાંજે એકવાર એમ પાઈ દેવું.

માણિક—ત્યારે સુરોખાર તેજબની સાથે કેટલું પાણી મેળવવું જોઈએ ?

સમજી—એક ટીપું સુરોખાર તેજબ અને દશ ટીપાં ટાડું પાણી એ બેને ભેગાં મેળવી તેનું જ એક ટીપું કરિ-  
યાતું પલાળેલું હોય તેના પાણીની સાથે ભેળવીને પાઈ દેવું.

માણિક—એ બન્ને તેજબ પાવા જોઈ એ કે બેમાંથી એક જ પાચાથી ચાલે ?

સમજી—એ બેમાંથી ગમે તે એક પવાય. બન્ને નહિ.

માણિક—એનાથી શેા ફાયદો ?

સમજી—ખાધેલું ખરાબર હજમ થાય, બૂખ વધે,  
અને પિશાબનાં દોષ પણ સુધરી જાય.

માણિક—એ તેજબ બજારમાં મળતાં હશે ખરાં

સમજી—હા, જ્યારે જોઈએ ત્યારે વેચાતા મળી  
શકે છે. જે વ્યાપારીઓ દવાનો ધંધો કરે છે તેમને ત્યાં જ  
એ મળે છે. એની કિંમત પણ પરવડી શકે તેવી હોય છે

માણિક—શું કહો છો ? ત્યારે તો એમાં બધી સગવડ  
જ છે.

સમજી—હા, પણ દવા વેચનારાઓ આ તેજબોના  
નામો કહાથી કદાચ સમજી પણ નહિ શકે ?

માણિક—ત્યારે એ લેવા જઈ એ તો શું કહેવું જોઈએ ?



સમજી—તેમની આગળ એનાં અંગ્રેજી નામો કહેવાં જોઈએ. લવણ તેજળને અંગ્રેજીમાં “ હાઇડ્રોકલોરિક એસિડ ” કહે છે; અને સુરોખાર તેજળને “ નાઇટ્રિક એસિડ ” કહે છે.

માણેક—ત્યારે દવાઓ વેચનારની આગળ એ નામ કહેવામાં મુશ્કેલ શું છે ? ઊલટું સુરોખાર તેજળના કરતાં નાઇટ્રિક એસિડ એ નામ મને તો સહેલું લાગે છે.

સમજી—બસ ત્યારે એ નામ યાદ રહે એટલે થયું. જીઓહવે બીજીવાત સાંભળો. બચ્ચાંનો પેશાબ લાલ જણાય, તો તેનું શરીર બગડ્યું છે, એમ જાણવું.

માણેક—શરીર કેવી રીતનું કથળ્યાથી પેશાબ લાલ થાય ?

સમજી—શરીરમાં કોઈ પણ પ્રકારનો બગાડ થાય એટલે પેશાબ લાલ થાય છે. માટે લાલ પિશાબ થતો જાય છતાં તે મટાડવાનો ઉપાય જાટ કરવામાં ન આવે, તો જલદીથી બચ્ચું તાવથી પટકાઈ પડે.

માણેક—તાવ આવ્યાથી પણ લાલ પેશાબ થાય છે જ.

સમજી—તે તો થાય જ. શરીરની હાલતમાં જરાક ફેરફાર થયાથી જ્યાં પેશાબ લાલ થાય, ત્યાં પછી તાવ આવ્યાથી તો વધારે લાલ થાય તેમાં આશ્ચર્ય શું છે ? સવારમાં ઊઠીને જો જીઓ કે પિશાબ લાલ થયો છે તો નક્કી કરવું કે કાં તો બચ્ચાંને બરાબર પચી શક્યું નથી. કે

પછી તાવ ભરાવા જેવું થયું છે. વળી એ પણ ધ્યાન રાખવું કે પિશાબ મેલો અથવા લાલ થયાથી પિશાબના દ્વાર વગેરે ભાગ પર બળતરા બળે છે, તેથી ઘણાં ખરાં બચ્ચાંઓ પિશાબ કરતી વખતે રહે છે. અને પિશાબ કર્યા બાદ પણ તેઓ ઇન્દ્રિયને પકડીને ખંજોળ્યા કરે છે.

**માણેક**—ઘણાં છોકરાંને એમ કરતાં આપણે જોઈએ છીએ ખરાં. પિશાબના દ્વાર વગેરે ભાગ આગળ બળતરા બળ્યાને લીધે તેઓ એમ કરતા હશે. ઠીક, હવે એ હું સમજી. પણ એ મટાડવાનો ઉપાય છે ખરો ?

**સમજી**—એનો ઉપાય સહેલો છે. લૂગડાના કકડામાં નાની પોટલીની જેમ બાંધીને સાકર કે ખીજી કોઈ ચોજને જેમ પલાળી રાખીએ છીએ, તેમ બાવળની છાલને છૂદીને ઝીણી કરી એની પોટલી બાંધીને ટાઢા પાણીમાં પલાળી રાખવી. એવી રીતે એક દહાડો અને એક રાત એ છાલ પલાળી રાખેલા પાણીમાંથી થોડુંથોડું લઈ સાકરની સાથે બે ત્રણ દહાડા લાગલાગટ છોકરાને પાવું; અને હલકો ખોરાક ખવરાવવો.

**માણેક**—હલકો ખોરાક એટલે ?

**સમજી**—દૂધનો ભાગ ઓછો આપીને અથવા આરાઈટ જરા જરા ખવડાવવા. એનાથી કાયદો જરૂર થશે.

**માણેક**—ખીજી સૂચના ?

સમજી—બચ્ચું જો ઇન્દ્રિયને ખંજોળે—તેને તાણે, ખેંચ્યાં કરે તો માની લેવું કે છોકરાનાં પેટમાં કસમિયાં થયાં છે અથવા તો તેના શરીરમાં બગાડો થયો છે.

માણેક—પ્રસૂતિઓ પણ આ જાણતી હોય છે એટલે બચ્ચાંને તેઓ એમ કરવા દેતી નથી.

સમજી—તેમ કરવા ન દે તેથી શું ? એનો ફેલાવો અટકાવવો જોઈએ તે જ મુખ્ય છે.

માણેક—ત્યારે એમ કરતાં જોઈએ તો શું કરવું ?

સમજી—હિવેલ અને ટરપેન્ટાઇન તેલ ભોગાં મેળવીને જીલાળ આપવો. એ બે તેલ કેટલાં કેટલાં મેળવવાં તે હું તમને કહી ગઈ છું તે તમને યાદ છે ને ?

માણેક—હા, યાદ તો હોવું જ જોઈએ ને ? જીલાળથી તાવ અટકી જાય અને કરમ પણ મરી જાય, નહિ ? જીલાળ આપવામાં તો ઢીલ કરવી સારી નહિ, કેમ ખરું ને ?

સમજી—હા, ઠીક, હવે મારે મોડું થાય છે. હું જાઉં છું. પરંતુ કાલે સવારે જરા પહેલી આવી જઈશ. ખીજી કેટલીક અગત્યની વાતો તો જણાવવી હજી ખાતરી છે.

માણેક—જરૂર આવજો. હું તમારી રાહ જોતી બેસી રહીશ.

## પ્રકરણ ૧૧ મું

### બાળકોનાં રોગો માટેનાં ઔષધો

**માણેક**—આવ્યા બહેન ! ડીક, હવે મને કેટલાંક રોગોનાં ઓસડ વેસડ કરવાનું શીખવી દો, કે જેથી સહેજસાજ રોગ થયો હોય તો વૈદ ડૉક્ટરને બતાવ્યા સિવાય તે મટાડી શકાય. વળી બધે ઠેકાણે કંઈ વૈદ કે ડૉક્ટર મળી પણ આવતા નથી. ગામડા ગામમાં તો પૂરી આપદા જ. શ્રાધ્ધીયે તોય વૈદ-ડૉક્ટર ન મળે ! દૂરથી-શહેરમાંથી વૈદ ડૉક્ટરને તેડાવવાનું કંઈ બધાને ન પણ પરવડી શકે. એટલે સહેલા રોગોનો ઈલાજ જો સ્ત્રીઓ બાળે તો તાત્કાલિક ઉપાય તો અજમાવી લેવાય અને શરૂ થતાં રોગોને મટાડી પણ શકાય. બાળકનાં હિતને માટે અગત્યનાં ઘરગથ્થુ ઉપાયો તો દરેક માતાએ અવશ્ય બાણી લેવા જ જોઈએ કેમ બહેન બહેન !

**સમજુ**—તમારી વાત સાચી છે પરંતુ રોગો તથા તેના ઓસડ-વેસડની રીત સમજાવતાં ઘણો સમય નીકળી જાય. એટલે બધી માહિતી ન આપતાં જે અગત્યનાં અને મુખ્ય રોગો છે તે જ હાલ હું તમને સમજાવું છું.

**માણેક**—ડીક, જેવી તમારી ઇચ્છા. કહો જોઈ ?

**સમજુ**—જે રોગો બચ્ચાંને માટે ભયંકર અને જીવલેણ છે તેના જ ઉપાયો તમારે સૌથી પહેલાં બાણી લેવાં જરૂરનાં છે.

માણેક—હા, હું પણ એ જ જાણવા ઇચ્છું છું. એના ઉપાયો જાણ્યા હોય તો બચ્યું એનો લોગ થતું તો અટકી જાય !

સમજી—ત્યારે સાંભળો, એ જાચકર જીવલેણ રોગો નીચે મુજબનાં છે:—

૧. પેટનું ચડવું—મોટું થવું—ફૂલવું.

૨. શરીરે ઠેકાણે ઠેકાણે રાતા દીમાં ઉઠવા અને તેની સાથે તાવ આવવો.

૩. ઉધરસ.

૪. પેટની પીડા.

૫. મરડો—લોહીનો મરડો.

૬. કોગળીયું—કોલેરા.

૭. માતાનો રોગ—શીતળા.

૮. સાદો તાવ.

૯. પીળો—ચેપો તાવ.

૧૦. કમળો—પાંડુ રોગ—લોહીનું પાણી થવું.

૧૧. સસણી—હાંફણ

૧૨. ચોરી—ખળિયા અછબડા.

૧૩. ચાંદા—ફોદાં—ગુમડાં.

૧૪. રતવા.

આ મુખ્ય રોગો છે. એમાંનો કોઈ પણ એક રોગ જો

માટા પ્રમાણમાં ફેલાય તો તે જરૂર બાળકનો જીવ લે. એ રોગ ચેપી પણ છે એટલે તેનો ચેપ બીજાં બાળકોને પણ લાગે માટે તેને મૂળથી જ દાબી દેવા ઇષ્ટ છે.

**માણેક**—તદ્દન સાચું. એના જો ઉપાયો બાણવામાં આવે તો સોનાં જેવા બાળકો ભયમાંથી ઉગરી જાય અને તેમની આવરદા પણ વધે. મને એના ઉપાયો તો ખતાવો !

**સમજી**—એજ હવે કહું છું. પેટ ચડવું એ બહુ ભયભરેલો રોગ છે, અને તેમાંય બાળકોના સંબંધમાં તો એનાથી ખાસ સાવચેત રહેવાનું છે. એનું જોર જો વધી પડે તો છોકરું મરી જાય. પેટ ફૂલવાની સાથે જો ઝાડાની કબજીયાત હોય તો બે ટીપાં ટરપેન્ટાઈન તેલ અને ચાર ટીપાં દિવેલ થોડી થોડી વરિયાળી પલાળેલા પાણીની સાથે, ત્રણ ત્રણ કલાકને આંતરે આંતરે પાવું. તે સિવાય એકલું ટરપેન્ટાઈન તેલ એક ટીપું થોડીક વરિયાળી પલાળેલા પાણીની સાથે અઠેક કલાકે કલાકે પાઈ શકાય. અને ખૂબ ગરમ પાણીની અંદર ફલાલીનનું કપડું બોળી નીચોવીને, તત્કાળ તે કપડાની ઉપર વીસપચીસ ટીપાં ટરપેન્ટાઈન તેલનાં નાખી દઈ, તે ટીપાં જ્યાં આગળ પડ્યાં હોય તે ભાગ પેટના ઉપર આવે તેવી રીતે તે કપડા વતી પેટને શેક કરવો. આ મુજબનો શેક કર વખતે કરતાં રહેવું. અને જ્યારે એ શેક કરવો હોય ત્યારે તે એક કલાક સુધી ખરાબર કરવો; તો જ એનો ગુણ લાગે છે.

**માણેક**—નાતું ખચ્ચું એ શેક સહન કરી શકે ખરું ?

**સમજી**—બાળકને બહુ તાપ ન લાગે અને તે સહી શકે એવી રીતે જરા જરા શેક ક્યાં કરવો. ટરપેન્ટાઈનનો આવી જાતનો શેક બહુ ફાયદાકારક છે. એ પછી એકાદ ઝાડો સારી રીતે થઈ જાય એટલે પછી દિવેલ નહિ લેતાં માત્ર ટરપેન્ટાઈનનું એક-એક ટીપું વરિયાળી પલાળેલા પાણીની સાથે દર કલાકે કલાકે આપવું.

**માણેક**—પેટનો કુતારો જ્યાં સુધી તદ્દન મટી જાય નહિ, ત્યાં સુધી ટરપેન્ટાઈન પાવું જોઈએ અને શેક પણ કરવો જોઈએ, નહિ ?

**સમજી**—હા.

**માણેક**—ઠીક ઝાડાની કબજીયાત જો ન હોય, અને પેટના દરદ પછી પેટ ચઢી આવે, તો પછી દર કલાકે કલાકે ટરપેન્ટાઈન પાયાથી જ ચાલે ખરું કે નહિ ?

**સમજી**—ચાલેજ. એમ શંકા નથી.

**માણેક**—ઠીક, પેટ ફૂલવાનો ઉપચાર તો તમે બતાવ્યો પણ હવે એને ખાવાનું શું આપવું ?

**સમજી**—પાણી અને દૂધ સરખે લાગે મેળવી, તેમાં ચૂનાનું પાણી ભેળીને તે દૂધ જરા જરા કરીને પાવું. વળી પહેલાં કહી ગઈ છું કે, માનું મન સાઈં ન હોય—કલેશ કંકાસમાં કે ક્રોધમાં તો તેના ચાનનું દૂધ પણ સાઈં રહેતું નથી. તેથી તે ધાવણ ધાવ્યાથી બાળકના પેટનો કુતારો વધે છે. માટે ફરીથી કહું છું કે જો એવે વખતે તે બાળકને

ધવડાવાય નહિ તો બહુ જ સાફ થાય. તેમ છતાં જો ધવડાવવું જ પડે તો વચ્ચે વચ્ચે થોડું થોડું જ ધાવણ ધવડાવવું.

માણેક—એમ કરવું પડે તો એમાં વળી હરકત કેવી? બાળકને સાફ થાય તે જ કરવું જોઈએ. પણ બહેન! દિવેલ અને ટરપેન્ટાઈનનાં જેટલાં ટીપાં લેવાનું તમે કહ્યું, તે કેટલી વયના છોકરા માટે?

સમજી—એક વરસના છોકરાને માટે એ માપ છે. પછી વય જોઈને તેમાં વધવટ કરવી.

માણેક—ઠીક. હવે આગળ કહો.

સમજી—છોકરાના શરીરને ઠંડાણે ઠંડાણે રાતાં રાતાં ઢીમાં જેવું થાય છે અને તેની સાથે તાવ પણ આવે છે. આ પણ ભયાનક રોગ છે. પ્રસૂતિઓ પેટના કુલારાના કરતાં પણ આ રોગથી વધુ બીડે છે. વાસાના છોકરાને એ રોગ થયાથી, સુત્રાવડીઓ અને જૂત પીડા કહીને તેના બચવાની આશા છોડી દે છે. અને હવા દાઝમાં માત્ર બુવા-બુવાને બોલાવીને દોરા ધાગા કરાવે છે, કે મંત્રાવે છે. પણ હવા દાઝ કરવાનું તેમને સૂઝતું નથી.

માણેક—આ તો ભયાનક કહેવાય ?

સમજી—બાળકના શરીરે જે સ્થળે ઢીમું થાય છે તે એક જ ઠંડાણે રહેતું નથી પણ તે ફરનું ફરે છે. આજે સવારે તે યગ પર જણાય તો બપોરનાં તે ઢીંચણે કે બાંધ



પાસે પણ જણાય. રાતના તે પેટ પર કે બીજી કોઈ જગ્યાએ પણ ફેંખાય. આજે એક ઠેકાણે તો કાલે બીજે ઠેકાણે આમ એ જગ્યા બદલતું રહે છે. આથી અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ એમ માને છે કે આ ભૂત છે. કારણ રોગ ફરે નહિ ભૂત માત્ર જ ફરે. એટલે દવાદારૂ ન કરાવતાં દોરા-ધાગા કરાવે છે. પણ એમને ખબર નથી કે આ રોગનું લક્ષણ જ એવું છે. એ રોગ ફરતો જ રહે છે. કોઈ એક જગ્યાએ એ રહેતો નથી.

માણેક—એની સાથે છોકરાનું શરીર પણ ગરમ થતું હશે નહિ ?

સમજી—હા, ગરમ એવું થાય છે કે આપણે તેના હીલને હાથ લગાવીએ તો ચમકી ઉઠીએ. તાવના જોરથી ખચ્ચું છેક નરમ અને લાન વગરનું થઈ જાય છે. એનાથી આંખ પણ ઉંચી થઈ શકતી નથી કે નથી તે ચીસ પણ પાડી શકતું.

માણેક—એ રોગ થવાનું કારણ શું હશે ?

સમજી—દુર્ગંધવાળે ઠેકાણે રહ્યાથી થાય. જે ઘરમાં પવન અને પ્રકાશ જાવ આવ કરી શકે નહિ તેવા ઘરમાં નિરંતર ગોંધાઈ રહ્યાથી થાય; મેલા બિછાનામાં નિત્ય સૂઈ રહ્યાથી કે મેલાં લૂગડાં પહેરવાથી ગંદકીમાં રહેવાથી પણ એ રોગ થાય. ખાવામાં પણ સાવચેતી રાખવી જોઈએ. વાસી-ગંદી ચીજો ખાવામાં આવે. જેમતેમ પાણી પીવામાં

આવે તો આ રોગનો સંભવ વધુ. એને દૂર કરવા માટે આ બધું ત્યજવું જરૂરી છે.

માણેક—અને તેથી જ અમારાં કુમળાં છોકરાંને એ રોગ થતો હશે, ખરું? અમારો સુવાવડનો ચોરડો તો બાણે અંધારા કૂવા જેવો હોય છે. પવન અને પ્રકાશનું તો નામ જ નહિ. વળી એ ચોરડો સ્વચ્છ પણ ન મળે. એ રોગનો ઇલાજ કેવી રીતે કરવો?

સમજી—એનો ઉપચાર સાવ સહેલો છે. છોકરાંનું પેટ હળવેથી છોડી બેતાં બે તે ચડેતું માલમ ન પડે તો ટીંચર સ્ટીલનાં ત્રણ ત્રણ ટીપાં થોડાક ઠંડા પાણીમાં નાંખીને કલાકે કલાકે પાઈ દેવા.

માણેક—ટીંચર સ્ટીલ એ વળી શું?

સમજી—એ એક અંગ્રેજી અર્કનું નામ છે. વિલાયતી ફ્લાયો વેચનાર અને મેળવી ભેળવી તૈયાર કરી આપનારને ત્યાંથી એ ટીંચર વેચાતું મળે છે. નાનાં બાળકના એ રોગનું ટીંચર સ્ટીલ જેવું ચોસડ છે, તેવું બીજું કોઈ નથી. એની કિંમત પણ બહુ ઓછી છે. બે ચાર આનાનો એ અર્ક વેચાતો લીધો હોય તો બસ થાય.

માણેક—ત્યારે તો એ અર્કને ઘરમાં લાવીને રાખી મૂક્યો હોય તો સાફ.

સમજી—માત્ર એ અર્ક જ કેમ? છોકરાંવાળાઓના ઘરમાં આવા ઘણાં ચોસડો ઘરમાં રાખવાં બેઈએ. ક્યે વખતે કયા ચોસડનો ખપ પડશે, તે કાંઈ કહી શકાય નહિ.

**માણેક**—ક્યાં ક્યાં ઓસડો. ઘરમાં રાખી મૂક્યાં જોઈએ તે કહી બતાવોને? આજને આજ હું એ બધાં મંગાવીને લેગાં કરી દઈશ.

**સમજી**—તે કહું છું. પણ પહેલાં જે જે રોગનાં નામ જણાવ્યાં છે તેમની દવાદાર એક એક કરીને કહી જાઉં તો ઠીક.

**માણેક**—હા, એ જ બરાબર છે.

**સમજી**—છોકરાના શરીર ઉપર જે જે ઠેકાણે લાલ થયેલું જણાય તે તે ઠેકાણે અને તેની ચારે તરફ ફરતું કાષ્ટિક લગાવી દેવું. એ કાષ્ટિક લગાડ્યાથી બધું ખૂબ કાળું થઈ જશે. ત્યાર બાદ ખસખસ જેમાં થાય છે તે ડીંડવા અથવા તે ન મળે તો જરાક અડીણ પાણીમાં નાંખીને તે પાણીને ખૂબ ગરમ કરવું. પછી એ ગરમ કરેલા પાણીમાં ફલાલીનું દૂગડું બોળી કાઢી નીચેથી નાંખીને તેનાથી, જે જે ઠેકાણે લાલ થયું હોય, તે તે ઠેકાણે (એટલે કે જ્યાં કાષ્ટિક લગાડ્યું હોય ત્યાં) શેક કરવો. શેક જેટલો કરી શકાય તેટલો સારો. જ્યારે એ શેક કરવો ત્યારે એક ફલાક સુધી ક્યાં કરવો. આખો દિવસ અને રાતમાં થઈને એવી રીતે ૪-૫ વાર શેક કરવો જોઈએ. એવો શેક ક્યાં પછી સારૂ પીંજેલું ૩ લઈ તેનાં પોતાં કરીને જ્યાં જ્યાં લાલ થયાથી કાષ્ટિક લગાડેલું હોય ત્યાં ત્યાં મૂકીને બરાબર ઢાંકી દેવું અને પછી તેની ઉપર પાટો બાંધી દેવો.

**માણેક**—અને જ્યારે ફરીથી શેક કરવો હોય, ત્યારે એ પાટો કાઢી નાખવો કેમ?

સમજી—હા. નહિ તો શેક ક્રાય શી રીતે ? પણ ફરી શેક કરીને પાછું પહેલાંની જેમ રૂ મૂકી ઢાંકી રાખવું જોઈએ. અગત્યની વાત એ કે જ્યાં રોગ થયો હોય તે સ્થાન ખૂબ જ ગરમ રાખવું જોઈએ.

માણેક—તમે જે કાષ્ટિકની વાત કરી તે વળી શું છે ?

સમજી—જવખાર તેજાબ એટલે કે નાઈટ્રીક એસિડ-માં રૂપું ગાળીને તેનું કાષ્ટિક બને છે. બજારમાં એ કાષ્ટિક ઘોળી ઘોળી પેનોના જેવી સળીનાં આકારમાં વેચાય છે. એને અજવાળું લાગ્યાથી ખરાબ થઈ જાય છે, માટે કાળા કાગળની અંદર વીંટાળીને રાખવું જોઈએ. તે સિવાય એ કાષ્ટિક ગમે તેવા પાણીમાં ગળે નહિ. જો ગાળવા જઈએ તો બધું પાણી ઘોળું થઈ જાય.

માણેક—ત્યારે તેને ગાળવાને માટે કેવું પાણી જોઈએ ?

સમજી—વરસાદના પાણીમાં એ ગળી જાય છે. કેમીસ્ટને ત્યાં એક જાતનું ખૂબ ચોખ્ખું પાણી વેચાય છે, તે પાણીમાં પણ એ સહેલાઈથી ગળી જાય છે. પણ વરસાદનું પાણી જ આપણને સગવડ લાવેલું છે. કેમકે એ સાચવીને ઘરમાં રાખી શકાય છે. વેચાતું લાવવું પડતું નથી.

માણેક—ત્યારે તો બજારમાંથી કાષ્ટિકની થોડીક સળી વેચાતી લાવીને વરસાદના પાણીમાં નાંખી ચોગાળી એક શીશીમાં ભરી રાખવું અને તે શીશીને પાછી કાળા કાગળમાં લપેટીને રાખવી જોઈએ. પછી એક સળીના છેડા

ઉપર જરાક પીંજેલું રૂ અથવા ચોખ્ખા સફેદ વસ્ત્રનો જરાક કકટો લપેટીને, તેને એ શીશીમાંના અરક જેવા કરી રાખેલા કાષ્ટિકના પાણીમાં બોળી બોળીને જે જે ઠંડાણે લાલ થયું હોય ત્યાં આગળ અને તેની ચારે તરફ ફરતું લગાડવું અને જ્યાં સુધી બધું ખૂબ કાળું થઈ જાય, ત્યાં સુધી લગાડ્યા કરવું, કેમ એમ જ ને ?

**સમજી**—હા, એમ જ. તમે પણ બરાબર સમજી ગયાં. આવું જ હોવું જોઈએ, તો જ કહેવાની પણ હોંશ થાય.

**માણેક**—વારૂ, કાષ્ટિકને એમ કરીને લગાડ્યાથી શો લાભ ?

**સમજી**—ફાયદો જે થવાનો તે થાય છે. પહેલાં જ તમને કહી ગઈ છું કે એ રતવાનો રોગ એક સ્થળે રહેતો નથી, પણ રહેતે રહેતે આખા શરીરે છવાઈ જાય છે. પરંતુ તેની ચોતરફ ફરતાં કુંડાળાની છેમ કરીને કાષ્ટિક લગાડ્યાથી તે ફેલાવા પામતો નથી. અને જે ઠંડાણે રાતું થયું હોય તે ઠંડાણે જ રહે છે. પરંતુ ખૂબ ધ્યાન રાખીને જોવું જોઈએ કે, કાષ્ટિકના કુંડાળાની બહાર કોઈ ઠંડાણે જરા પણ રાતું થયેલું રહી ગયું ન હોય, નહિ તો એટલામાંથી પાછું વધીને ફેલાઈ જશે. જ્યાં રાતું દેખાય ત્યાં એ જ પ્રમાણે કાષ્ટિકનું કુંડાળું કરી દેવું.

**માણેક**—જ્યાં રતવા થયો હોય તેની ફરતે લગાડવું એ તો ખરૂં પણ તેની અંદર પણ લગાડવું જોઈને ?

**સમજી**—હા, લગાડવું જ જોઈએ. એવું પહેલાં જ કહી ગઈ છું.

માણેક—કહ્યું છે તો ખરું, તો પણ પાછું એકવાર પૂછી જોઈએ છું. જો કદાચ રતવા કાષ્ટિકના કુંડાળાની બહાર થઈ આવે તો શું કરવું ?

સમજી—તેની બહાર ફરીને પાછું એ જ પ્રમાણે કુંડાળું કરવું.

માણેક—કાષ્ટિકનો આ બહુ આશ્ચર્યકારક ગુણ છે. પણ વાર, કેટલા વરસાદના પાણીમાં કેટલું કોષ્ટિક ઓગાળવું જોઈએ ?

સમજી—પંદર રતી જેટલું કોષ્ટિક નવટાંક વરસાદના પાણીમાં ઓગાળવું જોઈએ. પણ એકદમ એટલું નવટાંક કાષ્ટિકનું પાણી તૈયાર કરી રાખવાની જરૂર નથી. ચમચો તૈયાર કરવું એ જ ઠીક છે. એક ચમચો વરસાદનું પાણી લો, તો સાડાસાત રતી કાષ્ટિક લેવું જોઈએ, અને અડધો ચમચો અથવા સવા રૂપિયાભાર વરસાદનું પાણી લીધું હોય, તો પોણાચાર રતી કાષ્ટિક લેવું. એક બે વખત આ પ્રમાણે પ્રમાણ તૈયાર કર્યું હોય તો પછી આશરો સમજમાં આવી જાય.

માણેક—એ હવે બરાબર સમજી ગઈ. નવટાંક પાણીમાં પંદર રતી કાષ્ટિક ગાળવાનું કહ્યું, એટલે પછી એ હિસાબે જેટલું મરજીમાં આવે તેટલું કાષ્ટિકનું પાણી તૈયાર કરી શકાય.

સમજી—હા.

માણેક—હીક, પણ અચ્ચાનું પેટ વગાડી જોવાથી પેટનો કુલારો કહાય ન જણાયો કે ન સમજાયો તો ?

સમજુ—થોડીક વરિયાળી પલાળેલા પાણીની સાથે એક બે ટીપાં ટરપેન્ટાઇન તેલ કલાકે કલાકે પાવું. વધારામાં માત્ર આજ કરવાનું. બાકી બધું જે કહી ગઈ છું, તે મુજબ કરવું.

માણેક—હીક, ટીચર સ્ટીલ અને ટરપેન્ટાઇન પાવાનું જે માપ બતાવ્યું, તે કેટલી વયના બાળક માટે સમજવું.

સમજુ—એક વરસના છોકરાને માટેનું એ માપ છે. પછી બાળકની વય જોઈને તે પ્રમાણે એ માપમાં વધઘટ કરવી.

માણેક—એ તો હીક, પણ ઉંમર જોઈને ઓસડનું માપ થોડું વધતું જોણું કરવાનો કોઈ કોયડો કહી બતાવો તો સાફ થાય. એથી અમુક રોગ ઉપર અમુક ઓસડ ખવડાવવું જોઈએ, એટલું જ જાણીએ એટલે થયું. હિસાબનો કોયડો તો જાણી રાખ્યો હોય એટલે પછી ઓસડનું માપ જાણવાને સાફ કોઈની પાસે જવું પડે નહિ.

સમજુ—છોકરાં છોયાંવાળા ઘરમાં ઉપયોગનાં હવાદાર તો રહેતા જ જોઈએ. વળી એ કેવી રીતે આપના, કયા રોગ ઉપર તે અજમાવવા તેનું જ્ઞાન પણ હોવું જરૂરી છે. વય જોઈને કયા રોગ પર કયું ઔષધ આપવું તથા તે કેટલું આપવું વગેરે બધું તમને હવે પછી સમજાવું છું.

પણ તે પહેલાં રોગોના હવાહાર કેવી રીતે કરવા, ક્યાં કરવા તે બતાવું છું.

માણિકે—હા, એ જ ઠીક થશે.

સમજી—જે રોગ માટે હું હમણાં કહું છું તે રોગ જો બચ્ચાંને થાય તો તેને ઘરની અંદર કે બહાર જે સારામાં સારો ઓરડો હોય તેમાં જ તેને રાખવું. એ ઓરડો સ્વચ્છ, પવનવાળો અને પ્રકાશવાળો હોવો ખાસ જરૂરી છે. એ રોગવાળા બચ્ચાંનું બિછાનું ઓઢવા-પાથરવાનું વગેરે પણ સાફસુફ અને સ્વચ્છ રાખવું.

માણિકે—જે જે કારણથી એ રોગ થવાનું તમે કહ્યું તે ઉપરથી તો બાળકને જો ખૂબ સફાઈદાર ઠેકાણે રાખવામાં ન આવે તો એ રોગ બરાબર મટી શકે નહિ. પણ એવા રોગવાળાને બચ્ચાંને ખાવા-પીવા માટે શું આપવું ?

સમજી—પેટનો પુલારો ન હોય, તો દૂધ અને આરાઈટ થોડું થોડું કરીને આખા દિવસ અને રાતમાં થઈને આઠ દસ વખત પાવું અને પેટ ચડેલું હોય તો માત્ર થોડું દૂધ ચૂનાના પાણીમાં લેળીને પાવું. અને જો બચ્ચું ઘણું નરમ થઈ જાય, તો વરિયાળી પલાળેલા પાણીની સાથે પાંચ સાત ટીપાં દ્રાક્ષાસવનાં કલાકે કલાકે પાવાં. એક વરસના છોકરાંને એવા નિયમથી ખવડાવ્યા પીવડાવ્યાથી બસ થશે. આમ છતાં કંઈ સમજ ન પડે તો અનુભવી ડૉક્ટરની તરત જ સલાહ લેવી. ઢીલ કરવી કામની નથી.

માણિકે—તમારૂં કહેવું બરાબર છે; પછી ?



**સમજી—**આ રોગ એપી છે. ઘરમાં એક છોકરાને એ થયાથી બીજાં છોકરાંને પણ એ થવાનો સંભવ છે. તેટલા માટે આખું ઘર, આંગણું, પથારી, પાથરણાં, લૂગડાં-લત્તાં એ બધું બરાબર સ્વચ્છ રાખવાં જોઈએ. ઘરથી થોડેક છેટે એટલે પાડાપડોશમાં પણ જો કોઈ ઠેકાણે કચરો કે ગંદવાડ હોય, તો તે કાઢી નાંખીને તે ઠેકાણાને પણ સારૂ ચોખ્ખું કરી દેવું જોઈએ. તે કપરાંત રોગીના ખાનપાનની પણ બરાબર કાળજી રાખવી જોઈએ; જલદી પચી જાય અને શરીરમાં બળ આવે એવો ખોરાક ખવરાવવો. મેતું, ગંદુ કે ખરાબ પાણી પીવાનું તો દૂર રહ્યું પણ એવા પાણીને બૂલેચૂકે ઘરમાં પણ લાવવું નહિ.

**માણેક—**બરાબર છે. જે જે કારણથી એ રોગ થવાનો સંભવ છે તે તે કારણોને ધ્યાનમાં રાખીને જ કામ કામ કરવું સલાહભર્યું છે.

**સમજી—**(૩) ઉધરસ કે ઠાંસો આવવો એ રોગો પણ કંઈ જેવો તેવો રોગ નથી. એ બ્યારે વધી પડે છે ત્યારે તેનો ઇલાજ કરવો પણ મુશ્કેલ થઈ પડે છે, અને બચ્યું હતું ન હતું થઈ જાય છે. ઠંડી-શરદીથી એ રોગ થઈ આવે છે તે તો જાણો છો ને ?

**માણેક—**હા, જાણું છું. અને ઉધરસથી છોકરાં જેવાં દુઃખી થાય છે તેવાં ઘણું કરીને બીજાં કેઈ રોગથી થતાં નથી. તે સિવાય એવું છોકરું ભાગ્યે જોવામાં આવે છે કે જેને ઉધરસ થાય નહિ. ટાઢના અને શરદીના દિવસોમાં

ઉધરસ સાધારણ થઈ પડે છે. એટલે એનો ઇલાજ બાણી રાખેલો સારો.

**સમજી**—ઉધરસના રોગમાં મુખ્ય ધ્યાન શું રાખવાનું છે તે હવે હું સમજાવું છું. બચ્ચાંનું શરીર ગરમ ન હોય, છાતીમાં કફનો ભરાવો પણ નહિ જેવો હોય, ઉધરસ બહુ ન આવતી હોય તો તેનાથી બચ રાખવાનું કારણ નથી. આવું હોય ત્યારે બચ્ચાંને ઠંડી કે શરદી ન લાગે તે માટે એક ગરમ વસ્ત્ર પહેરાવી રાખવું, અને થોડા ગરમ પાણીની સાથે દરેક ટીપાં ‘વાઇનેમ ઇપીકા’ કે જે કેમીસ્ટોને ત્યાંથી મળી શકે છે તે લાવી જરા મધમા નાંખીને આખા દિવસ અને રાતમાં મળીને ચાર-પાંચ વખત પાવા. આમ ત્રણ ચાર દિવસ કરવાથી બચ્ચાંને સાફ થઈ જશે. પણ આ ચાલુ હોય ત્યારે બચ્ચાંને ઠંડી ન લાગે તેમ ખાસ જોવું. એક વખત ઉધરસ મટ્યા પછી તે પાછી નહિ જેવા કારણથી પણ તરત થઈ આવે છે.

**માણેક**—‘વાઇનેમ ઇપીકા’ એ શું છે ?

**સમજી**—ઇપીકા એક ઝાડનું નામ છે. તેનાં મૂળી-યાનાં અરકને ‘વાઇનેમ ઇપીકા’ કહે છે.

**માણેક**—એ પાયાથી શું લાભ ?

**સમજી**—ઉધરસ મટી બચ અને છાતીમાં થોડો ઘણો કફ હોય તો તે પણ આગળીને નીકળી બચ.

**માણેક**—એ પાયાથી ઉલટી થાય ખરી ?

સમજી—પાંચ સાત ટીપાં પાયાથી કાંઈ ઉલટી થાય નહિ. વધારે પાઈએ તો જ ઉલટી થાય. વળી આઠ આઠ હસ-હસ ટીપાં ચાર પાંચ વાર પાયાથી પણ ઉલટી થાય.

માણેક—ઉલટી થયાથી કફ કેવી રીતે નીકળી જાય ?

સમજી—એ હવાનો ખાસ ગુણ એ છે કે એ પાયાથી કફને કાઢી નાંખે છે અને તે સાથે પેટમાં જે બગાડ હોય, તે પણ નીકળી જાય છે.

માણેક—ઠીક, સાધારણ અથવા સહેજસાજ ઉધરસને માટે એ પ્રમાણે કરવું, પણ વધારે ઉધરસ થઈ હોય તો શું ઇલાજ કરવો ?

સમજી—તે કહું છું. બચ્ચાનું શરીર જે વધુ ગરમ જણાય, કફથી છાતી જડાઈ જઈને હાંફહાંફ કરે, તથા એવું ખાંસે કે ખાંસતાં ખાંસતાં આંખો અને મુખ લાલચોળ થઈ જાય, અને આંખો મીંચીને ભાન વગરનું હોય તેમ પડી રહે. આવી અસર જે બચ્ચાંમાં જણાય તો માની લેવું કે થએલો રોગ ભયંકર છે અને તેનો ઇલાજ તરત જ અજમાવવો જરૂરી છે. આવી અસર જ્યારે માલમ પડે ત્યારે ‘વાઈનેમ ઇપીકા’ પા ચમચા જેટલું થોડાંક ગરમ પાણીની સાથે મધમાં ભેળીને આપી દેવું. એ પાયા પછી બચ્ચાંને ઉલટી થશે અને તે માગે થોડોક કફ પાતળો થઈને નીકળી જશે. કફ જ્યારે નીકળી જશે ત્યારે જ બચ્ચું હોશિયાર થઈ રમતું દેખાશે.

માણેક—ઉલટી ન થઈ તો શું કરવું ?

સમજી—ફરીથી પાછું એવી જ રીતે અને એટલા જ માપથી એ જ ઓસડ પાઇ દેવું. એ ત્રણ વાર ઉપરા ઉપરી એ પ્રમાણે પાયાથી બન્યું ઉલટી કરશે જ. અને ઉલટી થશે ત્યારે જ બન્યાંને જ'પ વળશે. ખાંસી થયાથી ઉલટી કરાવવી બહુ સારી છે. જ્યાં સુધી ઉધરસ ખરાબર મટી નય નહિ, ત્યાં સુધી રોજ સવારે એ ઓસડ પાઇને ઉલટી કરાવતાં રહેવું. કેમકે સવારમાં છાતીમાં કફ ઘણો બંધાઈ-જામીને એકઠો થઈ-રહે છે. વળી જ્યારે જોવામાં આવે કે, છોકરું હાંફ હાંફ અને ખેં ખેં કર્યા કરે છે, અને તેની છાતીમાં અને ગળામાં કંઈક અવાજ થાય છે ત્યારે પણ તેને આ દવા પાઇ દેવી. ઉલટી થયાથી આ ખેં-ખેં મટી જશે અને બન્યું હોશિયાર બની જશે.

માણેક—એને બીજી કંઈ દવા અપાય ખરી કે નહિ?

સમજી—કફને વધારે નરમ અને પાતળો કરવા માટે છાતીએ અને પેટે માલિસ કરવું જોઈએ.

માણેક—માલિસ ? શેનું ?

સમજી—થોડોક અજમો બાળી તેનો ભૂકો કરી કોલન વોટરમાં પલાળી તેનું માલિસ કરવું અથવા તો તેને છાતીએ ચોપડવું. આમ કરવાથી કફ છૂટો થઈ જશે અને શરદી કે ઠંડી પણ નાસી જશે.

માણેક—વાહ ! આ તો સારો ઇલાજ કહેવાય ?

સમજી—એ સિવાય બીજું પણ એક કામ કરવું જોઈએ.

માણેક—એ વળી શું ?

સમજી—ચાની કીટલી કે ઝારીમાં થોડુંક ગરમ પાણી લઈને એની બાફ કે વરાળ છોકરાના નાકે અને મોઢાએ લગાડવી. છોકરું એ બહુ હાંફતું હોય, શ્વાસ લેતું હોય તેમ ઘીના દીવાની સળગતી વાટનો શેક પણ કરવો. વાટથી શેક કરનાર પોતાના હાથ ગરમ કરી પછી બચ્ચાની છાતીએ લગાવ્યા કરે. આવી રીતે એ શેક કરવામાં આવે છે. આ શેકથી પણ બચ્ચાને સારો ફાયદો થાય છે.

માણેક—છોકરાના નાકે-મોઢે તે વળી ગરમ પાણીની બાફ કેવી રીતે લગાડાય ?

સમજી—કીટલીને એક બાજુ અથવા બીજી કોઈ ઊંચી ચીજના ઉપર મૂકી છોકરાને ખોળામાં બેસાડીને તેનું મુખ એવું નમાવવી કે તે કીટલીના મુખ ઉપર જ પડે. આમ કરવાથી ગરમ પાણીમાંથી બાફ જેવી નીકળે તેવી જ તેના નાક અને મોઢાં ઉપર પડશે. ટૂંકમાં એવું કરવું કે જેથી બચ્ચું શ્વાસ લે તેની સાથે એ ગરમ બાફ પણ તેના નાકમાં અને મુખમાં જાય.

માણેક—આવી રીતે ગરમ પાણીની બાફ હમમાં લીધાથી શું ફાયદો થાય ?

સમજી—કફ પાતળો પડે, હાંફણ અને ખોં ખોં કરવાનું કમી થઈ જાય, ખાંસી હળવી પડે. અને છોકરાને ઘણો આરામ લાગે. વળી ખાંસી ખાંસીને છાતીમાં અને ગળામાં જે પીડા અથવા વેદના થતી હોય તે પણ નરમ પડી જાય.

માણેક—શું કહો છો ? ગરમ પાણીના બાફનો એટલો બધો ગુણુ છે ? ઠીક, એવો બાફ કેટલીવાર આપવો જોઈએ ?

સમજી—આખા દિવસ અને રાતમાં થઈને ચાર પાંચ વખત આપ્યો એટલે થયું. જ્યાં સુધી ઉધરસ બરાબર મટી જાય નહિ, ત્યાં સુધી એવો ગરમ પાણીનો બાફ રોજ ચાર પાંચ વખત છોકરાના નાકે, મુખે લગાડવો જોઈએ.

માણેક—આ બાફ માત્ર કીટલીથી જ થઈ શકે ?

સમજી—ના એવું કંઈ નથી. ગમે એનાથી થઈ શકે. માત્ર ગરમ પાણીનો બાફ જોઈએ એટલે થયું.

માણેક—આ દરમ્યાન બચ્ચાંને ખાવા-પીવા માટે શું આપવું જોઈએ ?

સમજી—ગરમ દૂધ, આરાફ્ટ, અને સાચું ચોખા. એ જેટલીવાર ખાઈ શકે તેટલીવાર ખવડાવવું, પણ એવાં માંદાં છોકરાને ખવડાવતી વખતે એ વાત યાદ રાખવી કે, ખોરાકનું માપ ઓછું રાખવું, અને વખત અથવા અંતર વધારે રાખવો. આથી ત્રણ-ચાર વખત ખાશે તો પણ વાંધો આવશે નહિ. બોલો, બચ્ચાંને ખાંસીની સાથે જો ક્યારેક પેટનો કુગાવો પણ થઈ આવે તો શું કરવું ?

માણેક—કેમ ? પેટના પુગાવાનું સાફ ઓસડ જાણવામાં હોય. એટલે પછી ફિક્કર શી ? ટરપેન્ટાઈન તેલનાં બે

ત્રણ ટીપાં વરિયાળી પલાળેલા પાણીની સાથે પાઈ દેવાં.  
કેમ, આ જ ઓસડને ?

સમજી—હા, એ જ. એ ક્યાંથી પેટનો કુલારો મટી  
જાય. વળી જીઓ, જે છોકરાંને ખાંસી ઘણા દિવસની થએલી  
હોય, તેને ઠંડો પવન લાગતાં જ તે વધી પડે છે અને  
પાછી ઢોડઢોડ ક્યાંથી સહેજ નરમ પડે, પરંતુ તદ્દન મટી  
જાય નહિ, એવા બચ્ચાંની ખાંસી ગમે તેવા ઓસડથી મટી  
શકે નહિ. એને તો નિત્ય બે ત્રણ ટીપા કોડલિવર ઓઈલ  
પાવાનું શરૂ કરી દેવું જોઈએ.

માણેક—એ કોડલિવર ઓઈલ તો દૂધની સાથે  
પાવુંને ?

સમજી—હા. ચમચામાં દૂધ લઈને તેમાં બે ત્રણ  
ટીપા કોડલિવર ઓઈલનાં નાખીને પાઈ દેવું.

માણેક—કેટલા દિવસ સુધી એમ કોડલિવર ઓઈલ  
પાયા કરવું ?

સમજી—ઘણા દિવસ સુધી એ ખવડાવ્યા વગર  
ફાયદો દેખાશે નહિ. ખાંસી જરાએ જરા બરાબર મટી  
જયા પછી ત્રણ ચાર માસ સુધી તે પાવાનું ચાલુ રાખવું  
જ જોઈએ.

માણેક—વચ્ચે વચ્ચે તેનું માપ વધારવું જોઈએ,  
કે છેવટ સુધી એક સરખા માપથી જ પાતાં રહેવું જોઈએ ?

સમજી—ચાર પાંચ દિવસને આંતરે એક એક ટીપુ

વધારતાં રહેવું. અને પાતાં પાતાં ને પેટમાં કાંઈ બગાડ કે દુઃખ દરદ જેવું થયું જણાય, તો તે પાવાનું બંધ રાખવું. પછી પેટનો બગાડ જ્યારે દૂર થઈ જાય ત્યારે પાછું થોડું થોડું કરીને પાવાનું ચાલુ કરવું.

માણેક—હવે પેટની પીડાનું ઓસડ કેવી રીતે કરવું ?

સમજી—(૪) બચ્ચાંના પેટની પીડા ભારેમાં ભારે પીડા છે. એ ને વધી જાય તો બચ્ચું ભાગ્યે જ બચે. પરંતુ બચ્ચાંને હાંત આવતી વખતે જે પેટની પીડા થાય છે તેને એકદમ બંધ કરી દેવી સારી નથી. કારણ એમ કયાંથી કોઈ બીજે રોગ થાય એવી શક્યતા છે.

માણેક—ત્યારે શું, હાંત આવતી વખતે પેટનો રોગ થાય એ સાઈ ચિહ્ન છે ?

સમજી—હા, એને સાઈ જ કહેવું જોઈએ. કેમકે પેટનો રોગ થયાથી આંચકી-તાણ થવાની બીક રહેતી નથી. તો પણ પેટની પીડા બહુ વધી પડે એ કાંઈ સાઈ માની શકાય ખરૂં કે ? એ અંગેની કેટલીક વાત ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે.

માણેક—કઈ વાત ?

સમજી—હાંત આવતી વખતે બચ્ચાંને ઝાડા થાય અને ક્યારેક તે દશ-બાર પણ થાય. તોય તેને બંધ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો નહિ. પરંતુ એમ જોવામાં આવે કે જે ઝાડા થાય છે તેમાં મળનો ભાગ ઓછો છે અને પાણીનો ભાગ



વધુ છે કે પછી પાણી જેવો જ ઝાડો વારંવાર થાય છે; આણું જો જોવામાં આવે તો તરત ઉપચારો કરવા. જો તેમ ન કરવામાં આવે તો બચ્ચું માર્યું પણ જાય.

માણેક—ઓ મા ! તો પછી શું કરવું ?

સમજી—ઝાડને બાંધવા માટેની દવા ખવડાવવી.

માણેક—ઝાડો બંધાય તેની દવા ? એ શું ?

સમજી—જે રતીનો આશરે ‘કંપાઉન્ડ ચોક પાઉડર’ પાણીમાં ઘોળીને ચમચા વતી દરેક વખત ઝાડો થયા બાદ પાઈ દેવું. ત્રણ ચાર વખત પાયા પછી જો ઝાડો કંઈક બંધાઈને એટલે કંઈક ઉતરે, કે વારે વારે જવાનું ઓછું થઈ જાય, તો પછી જ્યાં સુધી પેટનું દરદ મટી જાય નહિ, ત્યાં સુધી એ જ ઓસડ બરાબર એ જ નિયમ મુજબ પાતાં જવું.

માણેક—‘કંપાઉન્ડ ચોક પાઉડર’ કોને કહે છે ?

સમજી—એ એક જાતની ભૂકી જેવું ઓસડ છે, અને દવાખાનામાંથી મળી શકે છે. એનું મૂલ્ય પણ બહુ ઓછું પડે છે. થોડુંક લાવીને ઘરમાં રાખી મૂકવું એટલે થયું.

માણેક—પણ એનાથી જો કાયદો ન થાય તો પછી શું કરવું ?

સમજી—અડધી રતી કાષ્ટિક, પાશ્વર પાણી માથે એવી એક શીશીની અંદર રાખીને તેમાં દશ ટીપાં પાણી મેળવેલો જવખાર તેજબ (નાઈટ્રીક એસીડ) નાંખવો.

ત્યાર પછી બાવળની છાલ પલાળેલું પાણી દોઢ ચમચો અથવા દોઢ અધોળ અને સાકરનું શરબત દોઢ અધોળ એ બંનેની સાથે મેળવવાં. પછી શીશીમાંના તમામ અર્કના બાર ભાગ કરીને એક એક ભાગ ચાર ચાર કલાકને અંતરે પાવો. આ બહુ ચમત્કારિક ઓસડ છે. એ ત્રણ વાર પાયાથી જ ઝાડો બંધાશે.

માણેક—શીશીમાંના અર્કના ભાગ કેવી રીતે કરવા ?

સમજી—ડોક્ટરોને ત્યાં દવાની શીશી ઉપર કાગળના સરખા ભાગવાળી કાપલી જે રીતે ચોંટાડી આપવામાં આવે છે તે જ મુજબ કાગળ પર બાર ભાગ કરી તે શીશી ઉપર ચોંટાડી દેવા. એટલે બાર સરખા ભાગનું પ્રમાણ થશે.

માણેક—હવે સમજી. કાગળની કાપલી ઉપરના બાર આંકા કે ભાગ બરાબર સરખાં જોઈએ એજ ને ?

સમજી—હા એજ, નહિ તો બાર સરખા ભાગ કેવી રીતે થાય ?

માણેક—પાણી ભેળવેલો જવખાર તેજળ તો પહેલાં જે કહી ગયાં છે તે જ કેની ?

સમજી—હા, તે જ, એક ટીપું જવખાર તેજળ અને અગીઆર ટીપાં ટાઢું પાણી ભેગાં મેળવવાં જોઈએ. એવાં જ દસ ટીપાં શીશીમાંના કાષ્ટિકની સાથે મેળવવાં.

માણેક—અને કાષ્ટિકની સાથે મેળવવાનો હોય તે જવખાર તેજળમાં જે તે પાણી ભેળવવું ન જોઈએ ખરું ? કેમકે નહિ તો કાષ્ટિક ઓગળી જાય નહિ.

સમજી—હા, ખરી વાત. એવે વખતે વરસાદનું પાણી વાપરવું જોઈએ. તેમજ ચીનો સાકર અને બાવળની છાલનું પાણી પણ વરસાદનું પાણી વાપરીને તૈયાર કરવું જોઈએ.

માણેક—ઝાડા બાંધવા માટેની દવા આપીને ઝાડો તો જાણે બાંધ થયો. પણ તે પહેલાં ઝાડે જઈ જઈને છોકરું છોક નબળું થઈ ગયું હોય, તેને માટે શું કરવું ?

સમજી—ત્રણ ચાર ટીપાં દ્રાક્ષાસવ થોડાક ટાઢા પાણીની સાથે કલાકે કલાકે પાવો. આખો દહાડો અને રાત્રીએ પ્રમાણે પાતા રહ્યાથી છોકરું હોશિયાર થઈ જશે. બચ્ચાંને વધુ ઝાડો થાય તો ફેટલીકવાર તેના માથા પરનો કુમળો ભાગ બેસી પણ જાય છે.

માણેક—ખરું કહો છો. મેં પણ એવું જોયું છે.

સમજી—હા. અને તેટલા માટે જ ડોક્ટરો બાળકના માથાના તાળવાના ખાડા ઉપર હાથ મૂકીને જુવે છે. એ તાળવું જો કંઈક બેસી ગયેલું જણાય, તો છોકરું ઘણું અધે છે એમ નક્કી માનવું. અને ખૂબ કાળજી રાખીને બાંધક એસડ આપી તેની અઘામણ બાંધ કરાવવી. બને તો પ્રાંડીનાં ૪-૫ ટીપાં થોડાંક ટાઢા પાણીની સાથે કલાકે કલાકે પાવાં એમ પાતાં પાતાં માથાનું તાળવું ધીમે ધીમે ઉંચું થતું જણાશે અથવા તો અનુભવી વૈદની સલાહ લઈ તે જે સૂચવે તે મુજબ ઇલાજે અજમાવવા

માણેક—ખોરાકમાં એને શું આપવું ?

સમજી—માત્ર જરા આરાફ્ટ, બીજું કશુંય નહિ.

રોગ તદ્દન મટી જાય ત્યાર બાદ ધીમે ધીમે થોડો થોડો હલકો ખોરાક ખવડાવવો.

માણેક—નાના બચ્ચાનાં પેટનાં દુઃખ દરદ અને તેના ઓસડવેસડ દરેક સ્ત્રીએ જાણી રાખવી જરૂરનાં છે. કારણ ઘણીખરી પ્રસૂતિ સ્ત્રીઓ બચ્ચાનાં પેટની પીડાથી હેરાન-હેરાન થઈ જાય છે.

સમજુ—હા, તમારી વાત સાવ સાચી છે. બાળક ઘરમાં આવ્યું ત્યારથી દરેક સ્ત્રીએ બચ્ચાના આરોગ્ય માટેનાં સાધનો વસાવી લેવા જોઈએ. એને અંગેનું ઓસડ તથા બીજું જે કંઈ ચીજોની જરૂર પડે તે પણ ઘરમાં લાવી રાખવી જોઈએ કે જેથી સમયે ઢોડાઢોડ કરવી પડે નહિ. બચ્ચાની માવજતના ઇલાજ ને તેની પીડાઓનાં ઓસડ-વેસડ જે સ્ત્રીઓ જાણતી નથી તેને પારકાંની સલાહ પર આધાર રાખવો પડે છે અને તેના ગંભીર પરિણામ પણ ભોગવવાનો વખત આવી લાગે છે.

માણેક—હા, સાચું છે. દાંત ઊગતી વખતે બચ્ચાને પેટની પીડા થઈ આવે છે તે જાણ્યું પરંતુ દાંત આવે તે પહેલાં પણ બચ્ચાને પેટનાં દરદ થતાં દેખાય છે તેનું શું કારણ ?

સમજુ—બચ્ચાંઓને પેટની પીડા ઘણે ભાગે ખાવા-પીવાના દોષને લઈને જ થાય છે.

માણેક—એ વળી કેવી રીતે ?

સમજુ—બચ્ચાંને જે ખવડાવ્યું-પીવડાવ્યું હોય તે

પચ્ચે નહિ અને વળી પાછો વખત થાય એટલે તેને ખવડાવવામાં આવે એથી પેટ ચઢી જાય અને તેને લઈને અનેક રોગો થાય. આ સમજમાં આવે છે ને ?

માણેક—પહેલાંનું ખવડાવેલું પચ્યું નથી એમ કેવી રીતે જાણી શકાય ?

સમજી—કેમ ? ફરીને ખવડાવવાને વખતે છોકરું ખરાબર ખાય નહિ, અથવા કંટાળો કરે-રહે તો સમજી લેવું કે તેનો જઠરાગ્નિ મંદ પડ્યો છે અથવા ખાધેલું પચ્યું નથી અને તેની ખાવાની મરજી નથી. એના ઉપર જો ખવડાવવામાં આવે, તો તરત જ પેટનું દુઃખ-દરદ થાય, અને ઓકારીઓ પણ કરે. આવું જોવા છતાં પણ માતાઓ ખાળકને ખળજખરીથી દૂધ વગેરે આપે છે અને તેનું પરિણામ પાછળથી તેમને લોગવવું પડે છે.

માણેક—સાચું કહો છો બહેન, આવી રીતે ઘણાંય બચ્ચાંઓ કમોતે મરી જાય છે. પણ થાનમાં ધાવણ ચડ્યાથી ખેંચ આવે છે અને બચ્ચાંને પેટનાં દરદ થતાં જણાય છે, તેનું કારણ શું હશે ? જે દૂધ અથવા ધાવણનો વધારો થાય, તે ધાવણ ધવડાવ્યાથી શું તેમને પેટની પીડા થઈ આવે ખરી કે ?

સમજી—હા, જે થાને ખેંચ થાય, તે થાને ખાળકને ધવડાવવું નહિ. અને તેમાંનું ધાવણ દાખીને સારી પેઠે કાઢી નાંખવું, નહિ તો તે જામી જઈને થાનમાં ભારે પીડા ને વેદના કરાવશે, અને તેના ગંઠાઈ જવાથી તાવ ચડી આવશે,

એટલું જ નહિ, પણ બે એવું બેર બહુ વધી પડે તો થાન ઉપર ગુમડું જેવું થઈ જશે. તેથી જ્યારે જ્યારે થાનમાં ઘણું ધાવણ ચડી આવે, ત્યારે ગરમ પાણીથી તેને ખૂબ ઘોષ કાઢીને નરમ કરીને છેવટે દાળીને બધું ધાવણ કાઢી નાંખવું.

માણેકે—તમારી વાત હવે હું સમજી ગઈ. ટૂંકમાં કહેવાનું એ જ કે બચ્ચાંને તેની મરજી વગર ખાવાનું ન આપવું અને ખૂબજ કાળજી અને સાવચેતી રાખી તેને ખવડાવવું પીવડાવવું. એજ ને ?

સમજી—હા એજ. બચ્ચાંને બે પેટની પીડા કદાચ થઈ તો તેને દૂધ આપવું બંધ કરી માત્ર આરાફટ જ જરા જરા આપવું. એટલે પીડા સત્તર મટી જશે.

માણેકે—ખરી વાત કહી. પણ બચ્ચાંના પેટમાં કંઈ ટકતું ન હોય અને તેને ઉલટી થતી હોય તો શું કરવું ?

સમજી—એ ત્રણ ટીપાં પ્રાન્ડી અને એક ટીપુ કલ્કે-રિક ઇથર થોડાંક ટાઢા પાણીની સાથે ભેળું કરીને કલાકે કલાકે પાવું. ત્રણેક વાર આ મુજબ પાવાથી ઉલટી બંધ થશે અને બચ્ચું હોંશિયાર થઈ જશે. એની નરમાશ સુસ્તી પણ તેનાથી ઉડી જશે.

બસ, આજે હવે આટલું જ; અને મારે જે અગત્યની વાતો તમને કહેવાની હતી તે બધી કહી દીધી છે. હવે પછી કોઈક દિવસે મળી એ પણ સમજાવી દઈશ કે જેથી આ આખું પ્રસૂતિશાસ્ત્ર પૂરું થાય.

માણેક--હવે શી ઉતાવળ છે ? બેસોને, આ ચા પણ થાય છે પીને બાઓ.

સમજી--આજે એક ઠેકાણે જવું છે. હીરાભાઈ માસ્તરને તો તમે બોળખો છો ને ?

માણેક--હા, કેમ એમની સ્ત્રીને કંઈ મહિના બાંધે છે એમ સાંભળ્યું છે.

સમજી--તમારું અનુમાન સાચું છે. છેલ્લા મહિના બાંધે છે એટલે તપાસવા માટે કહેણ આપ્યું છે. એ મારી જ સારવાર નીચે છે, અને હાલ હોંશિયાર છે.

માણેક--પ્રસવ પૂરા નવ મહિને જ થાય છે કે પછી સાત આઠ મહિને પણ થાય.

સમજી--સાધારણ રીતે માન્યતા છે કે પૂરા પ્રસવ માટે ૨૭૩ થી ૨૮૦ દિવસો જોઈએ. પશ્ચિમનાં વિદ્વાનોએ ગણતરી કરીને નક્કી કર્યું છે કે તાંદુરસ્ત સ્ત્રી ૨૭૩થી ૨૮૦ દિવસ એટલે કે ૪૦ અઠવાડિયા સુધી ગર્ભને પેટમાં સેવી પ્રસવ કરે છે. આવી રીતે થયેલો પ્રસવ પૂરેપૂરો વિકસેલો હોય છે. બચ્ચું તાંદુરસ્ત હોય છે અને તે દીર્ઘજીવી પણ બને છે. અધૂરા મુદ્દતે આવેલાં બચ્ચાં અદ્યજીવી પણ બને હોય છે. કદાચ જીવે છે તો તે અભાગી જ નીવડે છે. પૂરા મહિનાનો પ્રસવ જ જણનારીને માટે તથા બચ્ચાંને માટે લાભદાયી છે.

‘બસ હવે બહુ થયું. હું બઉં છું’ કહીને સમજી

બહેન ઉઠવા ગયાં ત્યાં તો માણેક ચોલી ઉઠી:--“જવ છે ક્યાં, આ ચહા આવી !”

અને બન્નેએ ચહા પીવા માંડી. માણેકે કહ્યું:--“હાલે તમે સમય મેળવીને જરૂર આવજો. થોડીક દવાઓનાં દેશી અને વિદેશી ઉપચારો જાણી લઉં એટલે નિરાંત થાય.”

સમજી--“ઠીક છે, તમારો આગ્રહ છે તો આવીશ. હવે બહુ કહેવાનું પણ નથી. માત્ર તમે આ જાણો એટલે બસ. ચાલો ત્યારે હવે જાઉં છું.”

“હા, આવજો.” અને માણેકબહેન પોતાને કામે વળગ્યા.





## પ્રકરણ ૧૨મું

### બાળકોનાં ઔષધો (૨)

“ કેમ શું કરો છો ? ” સમજીબહેને આવતાંની સાથે જ માણેકબહેનને પૂછ્યું.

“ અહો ! આવો આવો, તમે તો વહેલા આવી પહોંચ્યા ? ”

“ હા, તમને જેની ચટપટી લાગી છે તે સમજાવીને વહેલાં જવું છે. ”

“ હા, ચટપટી તો ખરી જ. આટલું બધું બધું અને છેલ્લું આ ન બાણું તો પછી કામતું શું ? ”

“ ખરી વાત છે. બોલો પૂછો. ”

માણેક—બચ્ચાંનાં પેટનાં દરદોતું મુખ્ય ઓસડ કયું ?

સમજી—નાના બચ્ચાંને પેટની પીડા થઈ હોય તો ‘ કમ્પાઉન્ડ ચોક પાઉડર ’ જ મુખ્ય ઓસડ ગણી શકાય.

માણેક—‘ કમ્પાઉન્ડ ચોક પાઉડર ’ એટલે શું ?

સમજી—એ એક પાઉડરનું નામ છે. આપણે એ ઘેર પણ બનાવી શકીએ છીએ. સાંભળો:—

ચાર ભાગ તજ, ત્રણ ભાગ બચકળ, ત્રણભાગ કેસર, દોઢેક ભાગ લવીંગ, એક ભાગ એલચી અને પચ્ચીસ કે ત્રીસ ભાગ સાકર લઈ એ બધાને ઝીણી-ખારીક વાટી તેને ખારીક કપડામાં ગાળી નાંખવી. આથી બૂકો એકદમ નરમ બનશે અને કાંકરીતું નામ પણ નહિ રહે.

## માણિક-પછી ?

**સમજી**—આ ચૂરણ થયા બાદ તેનું વજન કરવું. પછી તેના ત્રીજા ભાગ જેટલો સફેદ ચાક લઈને તેને વાટીને એ ચૂરણની સાથે ભેળવી દેવો. બસ, પાવડર તૈયાર થઈ ગયો. એને એક હુંદર ખાટલીમાં ભરી રાખો અને જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે વાપરો. નાનાં બાળબચ્ચાંવાળા હરેકે આ પાવડર ઘરમાં રાખી જ મૂકવો. પેટની પીડા માટે આ સાઈં ઓસડ છે.

## માણિક—એ કેટલા પ્રમાણમાં લેવું ?

**સમજી**—એ રતી જેટલું લઈ થોડાક ટાઢા પાણીમાં ઓગાળીને હરેક ઝાડા બાદ પાઈ દેવું. કાષ્ટિક પણ નાના બચ્ચાંને માટેનું મુખ્ય ઓસડ છે, એ તો લમને ચાહ છે ને ?

**માણિક**—હા, કેમ નહિ ? પેટનાં હરદ પર એ પણ અકસ્મીર છે. પાણી જેવા ઝાડામાં, તથા ઝાડો ખાંધાતો ન હોય તેવે વખતે કાષ્ટિક આપી દીધું હોય તો તે રામબાણ અસર જન્માવે છે. બે ત્રણ વાર આપ્યાથી જ પેટની પીડા મટી જાય છે. ઝાડાને ખાંધરા માટે એના જેવું ગુણવાળું બીજું કોઈ જ ઔષધ નથી. તમે એમ પણ કહ્યું હતું કે વારંવાર અઘીને છોકરું નબળું પડી ગયું હોય તો તેને ટટાર કરવા માટે દ્રાક્ષાસવ પણ આપવો. અને ઉલ્ટીઓ અટકાવવા માટે કલોરિક ઈથર આપવું. કેમ, મને આ બધું બરાબર ચાહ છે ને ?

સમજી—હા, ખરાબર ચાહ શાખું છે. તમારી ચાહ શક્તિ ખૂબ જ સતેજ લાગે છે.

જીઓ, સાંભળો. પેટમાં ખટાશ વધી ગઈ હોય, બાળકનો ઝાડો વાસ મારતો હોય કે પછી એ ફાદાફાદા જેવું દૂધ ઓકતું હોય તો તેને ચૂનાનું પાણી આપી દેવું. એ આ બધાં પર ખૂબ અકસીર છે.

માણિકે—હા, મને ખરાબર ચાહ છે.

સમજી—જે બચ્ચાંને પેટનો રોગ જડ કરી બેઠો હોય તેને માટે મોરચૂથુ અકસીર છે. આ દવાથી જૂનો-જડ કરી બેઠેલો મરડો મટી જાય છે. સાચું તો એ છે કે જૂના મરડા ઉપર આ દવા ઘણી જ સારી અસર ઉપજાવે છે.

માણિકે—આ તો અદ્ભુત કહેવાય ? પણ એ દવા આપવી કેવી રીતે ?

સમજી—એક રતી મોરચૂથુમાં ૨૪ રતી બાવળનો શુંદર મેળવવો. અને પછી તેની ૨૪ પડીકી બનાવવી. આ એક એક પડીકી રોજ ત્રણવાર ઠંડા પાણીમાં પાવી. આથી જૂનો મરડો મટી જશે.

માણિકે—અને આ રોગવાળા બચ્ચાંને ખાવા માટે શું આપવું ?

સમજી—દૂધ અને કાંજી સિવાય બીજું કંઈ જ નહિ.

માણિકે—મરડા માટેનું બીજું કંઈ ઔષધ છે ખરું ?

સમજી—હા, એક છે. એ છે પારા સાથે મેળવેલો ચાક. આ દવા આપવાથી ઝાડાની ખરાબ વાસ દૂર થાય છે અને તેનો રંગ બદલાઈ જાય છે.

માણેક—આ તો અભયજી જેવું કહેવાય ! પણ આ હવા ઘેર બનાવી શકાય કે ?

સમજી—હા, કેમ નહિ. એક ભાગ ભેળ વગરનો ચોકખો પારો અને બે ભાગ સફેદ ચાકને લઈ મેળવીને ખરલમાં સારી રીતે ઘુંટી કાઢવો. પારાની જરા પણ ચમક દેખાય નહિ ત્યાં સુધી આ મેળવણી કરવી. આવી રીતે કરતાં તેનો રંગ રાખોડી જેવો થઈ જશે. પછી એક શીશીમાં ભરીને ઢાટો મારી દેવો. આ હવા અધીં રતીથી તે બે રતી સુધી આપી શકાય છે.

માણેક—આપણા બચ્ચાંબોનાં આરોગ્ય માટેનાં કેટલાક અકસીર દેશી ઉપચારો પણ છે નહિ ?

સમજી—હા, છે જ. કેટલાકમાં તો એ ખૂબ જ અકસીર છે.

માણેક—તો મને એ કહોને ? એ ઉપચારો પણ બાણુવા સારા છે.

સમજી—મારી ક્યાં ના છે ! તમે મને પૂછ્યું ન હોત તો પણ હું એ કહેવાની જ હતી. પરંતુ મારી એક વાત માનશે ?

માણેક—હા, કહોને ?

સમજી—અત્યારે મારે જરા કામ છે એટલે હું બહાર જઈ આવું છું. અને પછી કલાકેકમાં આવી તમને તે કહી સંભળાવીશ. તે દરમિયાન તમે આ બાબતને જે કંઈ હવા પાવાની હોય તે આપો કે પછી એવું બીજું કામ કરો.

માણેક—હા, બલે જઈ આવો. પણ પાછા તરત આવજો હોં.....

પ્રકરણ ૧૩ મું.

બાળકોનાં ઔષધો (૩)

“ આવી પહોંચ્યાં બહેન ! હું તો તમારી વાટ ભેટી જ બેઠી છું. ”

“ હા, એક કામ પતાવી આવી ” કહીને સમજીલક્ષ્મી પોતાની જગ્યાએ બેઠાં.

“ હવે કહો ભેઠએ ! ” માણેકે અધીરી બનીને પૂછ્યું.

સમજી—બાળકને ઉલટી થાય છે તે તો તમે જોયું છે ને ?

માણેક—હા, કેમ નહિ. એના ઉપરનો ધરગથ્ય ઉપચાર શું છે ?

સમજી—બાળક જ્યારે ધાવણુ ઓકતું જણાય. દૂધ એ ઓકી નાંખે, એના પેટમાં એ ટકતું જ ન હોય ત્યારે તેને (૧) સૂંઠ-પીપર અને મરી સરખે વજને લઈ તેનું બારીક ચૂરણ કરી તેને કપડે ગાળી દિવસનાં બે વાર સવાર અને સાંજ ચણોઠી જેટલું મધ અને તેનાથી અડધું ઘી લઈ તેની સાથે મેળવી લઈ તે ચટાડી દેવું. આથી ધાવણુ પેટમાં ટકશે અને ઓકવાનું મટી જશે.

(૨) ચૂનાનું પાણી પણુ મધ નાખીને પાયું હોય અથવા તો દૂધમાં મેળવીને તે આપ્યું હોય તો તેનાથી પણુ બચ્ચું ધાવણુ ઓકતું અટકી જાય છે.

માણેક—બાળક બહુ રડયા કરતું હોય ત્યારે શું ઈલાજ અજમાવવો ?

સમજી—બાળક બહુ રડતું હોય તો પ્રથમ તેનું કારણ તપાસવું. અને જ્યારે માલમ પડે કે તેને કંઈ પેટની જ પીડા થાય છે ત્યારે તેને હરડાં, બહેડાં, આંબળાં અને પીપર સરખે વજને લઈ ખંડાવી તેનું બારીક ચૂરણ કરાવી તેમાંથી એક ચણેાડીભાર સવારે અને એક ચણેાડી-ભાર સાંજે અને જો જરૂર પડે તો બપોરે પણ ઘી તથા મધમાં ચટાડવું. એનાથી બાળકનાં જીવને શાતા વળે છે અને તેનું રડવાનું અટકી જશે.

માણેક—બાળકને કરમિયા માટે કંઈ દવા આપવી જોઈએ ?

સમજી—કરમિયા, કરમ કે કૃમિ એ એક જ રોગ છે. ટેકામાળી પાણીમાં વાટી બાળકોને વીસથી ચોવીસ તથા નાના ધાવણાં બચ્ચાંને પાંચથી સાત ટીપાં પાયાં હોય તો કરમીનો ઉછાળો મટી જાય છે.

બાળકની ઉલટીમાં (૧) ટેકામાળી પાણીમાં વાટી બાળકોને ટીપાં પાવાથી ઉલટી બેસી જશે. કરમ માટે પણ આજ દવા છે. (૨) બચ્ચાંને દૂધની ઉલટી થતી હોય તો આંબાની ગોટલીની ઉપરની છાલ કાઢી નાખવી અને પછી ચણેાડીભાર તે તથા શાળની ધાણી ચણેાડીભાર અને ચણેાડી-ભાર સિંધવ લઈ ત્રણેને વાટી કાઢવાં. આ લેશું કરેલું ચૂરણ સવાર-સાંજ અને બપોરનાં ચણેાડીભાર લઈને મધમાં ચટાડવામાં આવે તો ઉલટી બંધ થાય છે. બાળકોને થતી દૂધની ઉલટી પર આ અકસીર છે.

માણેક—બાળકને દાંત જલ્દી આવે તે માટેનો કંઈ ઉપચાર છે ખરો ?

સમજી—હા, છે. બાળકને દાંત જલદી આણવા માટે તથા દાંત ઊગવા માટેની પીડા થતી હોય તો તેના દાંતની પાળ ઉપર મધ અને પીપરનું ચૂર્ણ મેળવી હલકે હાથે ધસવું. આથી બચ્ચાંને દાંત વહેલા અને વગર પીડાએ આવશે.

બીજો ઉપાય એ છે કે ડોક્ટર પાસે દાંતના પારા ચીરાવવા, ચૂનામાં મધ મેળવીને દાંતોની જડમાં ધસવું. દાંતની પીડા પર ધાવડીનાં ફૂલનું ચૂર્ણ મધમાં મેળવીને ધસવાથી પણ પીડા મટી જાય છે.

માણેક—વાહ ! ઉપાય તો સારો છે. વાડ, બાળક ધાવણ ન ધાવતું હોય તો શું કરવું ?

સમજી—બાળક જો ધાવણ ન ધાવતું હોય તો સિંધવ, આંબજાં, હરડે તથા ઘીનું ચાટણ બનાવી તે ચાટણ બચ્ચાંની જીભ ઉપર ચોપડવું. એટલે બચ્ચું ધાવવા માંડશે. જીભની જડતાને લઈને ઘણીવાર બચ્ચું આમ કરે છે.

માણેક—ઘણી વખત બાળકનું ગળું સુકાઈ જાય છે. આવે સમયે એને શું આપવું જોઈએ ?

સમજી—બચ્ચાંનું ગળું સુકાયા કરતું હોય તો મુગંધી વાળાનું ચૂરણ એક ચણોડીભાર સવારે તથા એક ચણોડીભાર સાંજે એમાં સાકર ભેળવીને મધમાં ચટાડવું. આથી ગળામાં પડતો શોષ દૂર થશે.

માણેક—ઘણી વખતે બચ્ચાંઓને સોજા આવી જાય છે. આ સોજાઓ મટાડવાનો ઈલાજ શો ?

સમજી—ખચ્યાંઓને સોજાઓ આવે તો અર્ધો તોલો મોથ, અર્ધો તોલો કોળાનાં બીજ, અર્ધો તોલો તેલિયો દેવદાર અને અર્ધો તોલો ઈંદ્રિજવ લઈ તેને પાણીમાં વાટી જે જગ્યાએ સોજો આવ્યો હોય તેના ઉપર તે લેપ લગાડી દેવો. એથી સોજો ઉતરી જશે.

માણેક—બાળકોને ઘણીવાર તાવ આવે છે. શરદી ઉધરસ—ખાંસીથી પણ તે પટકાઈ પડે છે તો એને માટેના ઘરગથ્થુ ઉપાયો કયાં છે ?

સમજી—ખચ્યાંને તાવ, ખાંસી, શરદી થાય તો તે મટાડવા માટેનાં ઘણાં દેશી ઉપચારો છે પરંતુ તેમાં નીચેનાં ખાસ જાણવા જેવા કહી શકાય:—

૧. બાળકને તાવ આવતો હોય તો નાગરમોથ, લીંડીપીપર, અતીવીશ તથા કાકડાસીંગી આ ચારે વસ્તુઓને સમાન ભાવે લઈ તેને ખારીક વાટી વચના પ્રમાણમાં ૧ રતીથી માંડીને તે ૨ વાલ પ્રમાણથી મધમાં મેળવીને ચટાડવી.

૨. એકલા અતીવીશની કળીતું ચૂણું પણ જો મધમાં આપ્યું હોય તો પણ તે ખચ્યાંનો તાવ મટાડે છે.

ઉપરનું ચૂરણ તાવ, ખાંસી, ઉધરસ, શરદી તથા ઉલટી પર પણ ભારે ફાયદો કરાવે છે.

૩. ધાવડીનાં ફૂલ, બીલીનો ગર્ભ, ધાણા, દોદર, ઈંદ્રિજવ તથા વાળો આ બધી વસ્તુઓ સરખે ભાગે લઈ તેનું ખારીક ચૂરણ કરી ખચ્યાંને મધમાં ચટાડવું. આથી તાવ—શરદી મટી જશે. આ ચૂરણથી અતિસાર પણ થયો હશે તો મટી જશે.



**માણેક**—બચ્ચાને ગળું પડે છે તે શું હશે? એના એના ઉપર શું ઇલાજ અજમાવવો ?

**સમજી**—સાફ થયું તમે આ પૂછ્યું તે. બચ્ચાને તાળવાની જગ્યાએ ખાડો પડે છે. તેને આપણે ગળું પડ્યું એમ કહીએ છીએ. આ જ્યારે થાય છે ત્યારે બાળકને ધાવવાનું ગમતું નથી. એ ડીંટીને છોડી દે છે અને અણગમો બતાવે છે. એનો ઝાડો પણ પાતળો થાય છે, ગળું પડ્યું હોય ત્યારે બચ્ચાને તરસ પણ વધુ લાગે છે. આંખોમાં, ગળામાં તથા મોઢામાં પીડા થાય અને ઉલટી પણ થાય છે. આવો ઉપદ્રવ જ્યારે થાય ત્યારે તાળવાને આંગળીએથી સહેજ ઊંચું કરી તે જગ્યા ઉપર જવખાર અને મધ સરખે ભાગે મેળવીને રોજ ચોપડવું; એથી આરામ થશે.

ખીજો ઉપાય પણ એ છે કે આ દરદ થાય ત્યારે હરડે, વજ તથા કઠં એ ત્રણેને જરા જરા લઈ પાણીમાં વાટીને તેમાં મધ મેળવી માના ધાવણમાં પાવું. આવી રીતે થોડા દિવસ પાવાથી એ પીડા મટી જશે.

**માણેક**—બચ્ચાની ડૂંટી પાકે તો શું કરવું ?

**સમજી**—બચ્ચાની ડૂંટી પાકે તો બકરીની લોંડી બાળીને તેની રાખ ડૂંટી ઉપર ચોપડવી. આથી તે પાકતી મટી જશે અને આરામ થશે,

૨—ડૂંટી ઉપર ચંદનનું ચૂર્ણ લગાડવાથી પણ ડૂંટીનો રોગ મટી જશે.

૩—બાળકની ડૂંટીમાં સોજો થઈ આવે તો ગરમ પાણીનો શેક કરવો. એનાથી આરામ થશે.

૪-પીપળો, પીંપર, વડ વગેરે ફાઈપણુ એકાદ વૃક્ષની છાલનું ચૂણું કે તેની રાખ ડૂંટી ઉપર દાખવાથી પણુ તેની પીડા મટી જાય છે.

૫-ડૂંટી જો કુલીને હડા થાય તો નાગરમોથ, ફાળાનાં બી, દેવદાર તથા ઇંદ્રજીવ એ બધાને પાણીમાં વાટીને તેનો લેપ કરવો.

માણેક—બચ્ચાંનું મોં ઘણીવાર આપી જાય છે અને એને લઈને અંદર ફેલાય પડે છે તો તેના ઉપર શું ઇલાજ કરવો જોઈએ ?

સમજી—બચ્ચાંનું મોં આવી જાય તો (૧) હરડે ઘસીને મધમાં પાવી. આથી ઝાડો આવી જશે અને મોં ઉતરી જશે.

૨. પીપળાંની છાલ અને તેના પાંદડા બારીક વાટીને તેને મધમાં મેળવીને તેનો આંગળા વડે મોઢામાં લેપ કરવો. આથી મોઢામાંની ગરમી દૂર થઈ જશે અને ફેલાયો વગેરે મટી જશે.

માણેક—પણ સમજી બહેન ! આપણે બાળકનું દરદ કેવી રીતે જાણી શકીએ ? એ કંઈ ઓછું જ કહે છે કે મને આ રોગ થયો છે ?

સમજી—તમારી વાત ખરી છે. બાળક બોલતું નથી. એને પોતાને શું થાય છે તેની પણુ તેને માહિતી નથી. એ તો માત્ર દુઃખથી રડે છે. બાળકના રડવા ઉપરથી આપણે જાણી શકીએ છીએ કે એનું દુઃખ સખત છે કે નરમ. એને

જે ભાગમાં દુઃખતું હોય તે ભાગ ઉપર આપણો હાથ પડે છે કે તરત એ રહે છે. એ ઉપરથી જાણી લેવું કે એને અહીં દુઃખે છે યા તો દરદ થયું છે.

બાળકના દરદ જાણવાની બીજી નિશાની એ છે કે જો બચ્ચું આંખો બંધ રાખી રહે તો માની લેવું કે તેના માથામાં દુઃખ થાય છે.

બાળક જીભ અને હોઠ કરડે અને તેનો શ્વાસ જોરથી આવતો હોય તેમ જ તે જોરથી મુડીઓ વાળે તો તેના હૃદયમાં પીડા થાય છે એમ માનવું.

જો બચ્ચાંનો ઝાડો બંધ થયો હોય તો તેને ઉલટીઓ થાય છે, અને તે અસુખ કરે છે.

ધાત્તાં સ્તન કરડે, આંતરડામાં અવાજ થાય, પેટ ચડે-ઝંચું થાય તો તેનો કોઠો બગડ્યો છે એમ માનવું.

બાળકનો ઝાડો અને પિશાબ બંધ થાય તો તે ત્રાસ પામે છે.

પેટમાં કરમ હોય તો બચ્ચું દાંત કરડ્યા કરે છે, ઘેનમાં પડી રહે છે અને અબકીને જાગી પથ પડે છે.

માણિક—બાળકોને જે રોગો થાય છે તેમાં મુખ્ય કયા રોગો છે ?

સમજી—બાળકોનાં રોગો અનેક જાતનાં થાય છે પરંતુ તેમાં નીચેનાં મુખ્ય ગણાવી શકાય:—

૧. પેટ ચડવું.

૨. આંચકી.

૩. મરઠો.
૪. ઉલટી.
૫. કાલેરા.
૬. ઉધરસ-ખાંસી.
૭. પેટ મોટું થવું.
૮. રતવા.
૯. શીતળા.
૧૦. ગોવર્ડ.
૧૧. ઓરી-અછળડા.
૧૨. ગાળ પચોરિયા.
૧૩. આંખો આવવી.
૧૪. કબજીયાત.
૧૫. અતિસાર.
૧૬. પેટમાં ચૂંક આવવી.
૧૭. આંખળ.
૧૮. કંરમ.
૧૯. સસણી.
૨૦. ચાંદા-ખસ-ફાલ્લાં વગેરે
૨૧. દાંતની પીડા.

આ મુખ્ય દરદો કહી શકાય. એમાંના કેટલાક દરદો ચેપી છે અને તે બીજાને ચેપ લાગતાં-હવાથી કે પછી

એવા વાતાવરણથી થાય છે. કેટલાક દરદો ધાવણને લઈને જન્મે છે, કેટલાક ઠંડી-ગરમી કે ખરાબ પાણીને અંગે થાય છે. કેટલાક દરદો મા-બાપના વારસા બદલ મળેલાં હોય છે. આ બધા દરદો માટે ચાંપતા ઈલાજ લેવામાં આવે તો તે સારાં પણ થઈ શકે છે. અને જો ગંદાતમાં રહેવાય-ખરાબર સારવાર ન કરી શકાય તો બચ્ચાંને ગુમાવવું પણ પડે છે.

**માણેક**—ઓ મા ! નાના બચ્ચાંને આટલા બધા રોગો થાય છે ? પણ બહેન ! કેવી માતાએ પોતાના બચ્ચાંને ધવડાવવું ન જોઈએ ?

**સમજી**—તમારો આ પ્રશ્ન ખરાબર છે. કેટલીક વખતે એવું બને છે કે માતા રોગી હોય અને તેને ધાવણ બાળક હોય તો ધાવણ દ્વારા માતાનો રોગ બચ્ચાંને જાય છે એટલે બચ્ચું દુઃખી થાય છે. આવું જ્યારે હોય ત્યારે માતાએ પોતાના બચ્ચાંને ધવડાવવાનું મૂકી દેવું જોઈએ.

ઉપરાંત જો માતાને ગર્ભ રહ્યો હોય, તેને માથાનું દરદ હોય, હમ કે ક્ષય હોય, વાઈ આવતી હોય, ગાંડાપાણું હોય, તથા અશક્તિ હોય તો તેવા રોગવાળી માતાએ બચ્ચાંને ધવડાવવું ન જોઈએ.

**માણેક**—બચ્ચાંને ન ધવડાવે તો તેને શું આપવું ?

**સમજી**—આગળ હું કહી ગઈ છું તેમ ચોખ્ખું ગાયનું દૂધ અને તેમાં અડધું પાણી અને સહેજ સાકર નાંખી ગરમ કરી સહેજ ગરમ હોય ત્યારે બચ્ચાંને આપવું. પણ દૂધ અતિ ગરમ કે તદ્દન ઠંડું પાવું નહિ.

માણેક—બહેન ! રતવાનો રોગ ચેપી ખરો કે ? એ ભયંકર પણ ગણાય છે ને ? અમારી બાળુમાં પહેલાં રહેતાં રણછોડ માસ્તરનો છોકરો એમાં જ ગુજરી ગયો હતો.

સમજી—હા, રતવાનો રોગ મહા ભયંકર છે. એ ચેપી પણ છે. હું આગળ જણાવી ગઈ છું તેમ એ રોગમાં મહા સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. એ રોગનો ચેપ કાઢીને પણ ન લાગે તેમજ શરીરનાં બીજા ભાગોમાં ન ફેલાય તે માટે તેનાં કપડાં-પથારી વગેરે બધું જ વારંવાર ફેરવતાં રહેવું જોઈએ. ગંઢકી, લેજવાળી હવા, વાસી ખોરાક વગેરેનો ત્યાગ કરવો. સ્વચ્છ હવા-ઉબસ તથા પવિત્ર વાતાવરણમાં બચ્ચાંને રાખવું. આગળ હું કહી ગઈ છું તેમ આ રોગ શરીરમાં ફરતો રહે છે એટલે કેટલાક અજ્ઞાની લોકો તેને ભૂત ભરાયું છે, મેલી પીડા છે, એમ સમજે છે. પરંતુ આ ભૂત ભરેલું છે. ફરતાં રહેવાનું આ રોગનું મુખ્ય લક્ષણ છે. યોગ્ય સારવાર તથા ચાંપતા ઉપાયોથી આ રોગ જરૂર મટી જાય છે એમાં શંકા જ નથી.

રતવા થયો હોય તે બાળકને ઝાટો સાફ આવવો ખાસ જરૂરી છે. આ માટે તેને રોજ હરડે ઘસીને મધ સાથે પાવો. એનાથી સાફ ઝાટો આવશે.

રતવાના આઠા ઉપર અસખસના ડોડા કે અશીણની કટકી નાખીને ઉકાળેલા પાણીમાં ફેલાવીને કટકો ખોળીને તેનો શેક રોજ ત્રણ-ચાર વાર કરવો.

રતાંજલી અને રતવેલીઓ વાટીને સાકરની સાથે તે મેળવી બચ્ચાંને પાવો.

રતવા ફેલાતો અટકાવવા માટે કાષ્ટિકનો ઉપાય પણ હું તમને આગળ કહી ગઈ છું તે તો ધ્યાનમાં હશે જ.

માણેક—હા, એ મને બરાબર યાદ છે. વરસાદના પાણીમાં કાષ્ટિક મેળવીને તે પાણીમાં રાખીને છેડે રૂ વીંટીને તેનાથી રતવાના આઠાં ઉપર તેમજ તેની કિનારીની આસપાસ લગાડવું, આથી રતવા ફેલાતો અટકી જાય છે. રતવાવાળી ચામડી ઝેરી ન રહે અને તેના ઉપર બરાબર કાષ્ટિક ચોપડાય એવી રીતે આ લગાવતાં રહેવું. કેમ બરાબર મને યાદ છે ને ?

સમજી—વાહ ! બરાબર યાદ રાખ્યું છે. તમે તો બહેન મારા કરતાં પણ ચઢી ગયાં ! તમે આમ ઉત્સાહથી આ બધું સાંભળો છો એટલે જ મને પણ આ કહેવાનો ઉત્સાહ અને આનંદ આવે છે.

માણેક—બચ્ચાંને ઘણીવાર હેડકી-અટકડી ચાલુ આવ્યા કરે છે તેનો શું ઉપાય હશે ?

સમજી—હેડકી-અટકડી આવતી હોય ત્યારે એને ધાવણુ ધવડાવવું. ઉપરાંત એ ચાલુ આવતી હોય તો કડુંનું ચૂર્ણ એક ચણાડીભાર જેટલું લઈ મધમાં મેળવીને તે આપવું. એનાથી હેડકી મટી જશે. આ દવાથી લાંબા વખતથી થતી ઉલટી પણ મટે છે. રોજ સવાર-સાંજ એમ બે વખત આ દવા ચટાડવી.

માણેક—નાના બચ્ચાંને અભ્રુરણુ-અપચો થયો હોય તો તેને શું આપવું ?

સમજી—અભ્રુરણુ ઉપર સુવાનું પાણી બચ્ચાંની

વચના પ્રમાણમાં આપવું. હથથી વીસ ટીપા પાવાથી ઉલટી, હેડકી, ચૂંક, અણખું પણું વગેરે રોગ દૂર થઈ જશે. ધાવણું બચ્ચાંને બ્યારે પેટપીઠ ઉપડે છે ત્યારે માતાએ મુલા ખાવા અને તે ચાવી ચાર-પાંચ ટીપાં બચ્ચાના મુખમાં નાખવાં. એથી તેને આરામ થશે.

પેટ ચડચું હોય તો હરડે ઘસીને મધમાં પાવી.

૨. હરડે ઘસી તેમાં જરા સંચળ ઉમેરી તે પાવાથી પણ ચડેલું પેટ ઉતરી જશે.

૩. થોડાક પાણીમાં સૂંઠના બે-ત્રણ કટકા નાંખી તેને ઉકાળવું. પછી તે પાણીમાં થોડું મધ તથા એક ચમચી ચોકખું એરંડિયું મેળવીને બચ્ચાંને તે પાઈ દેવું.

૪. વરિયાળીના પાણીમાં એક બે ટીપાં ટરપેન્ટાઈનનાં અને થોડાંક ટીપા એરંડિયાનાં મેળવીને ચાર-ચાર કલાકે બે-ત્રણ વાર પાવાથી બચ્ચાંનું પેટ ઉતરી જશે. એનાથી પવન તથા ઝાડો ખુલાસાની સાથે આવી જાય છે.

૫. ગરમ પાણીમાં ફલાલીનનો કટકો બોળી તેના ઉપર ટરપેન્ટાઈન છાંટી બાળક સહી શકે તેમ એ કટકો તેના પેટ ઉપર મૂકી તેના શેક કરવો. આવી રીતે વીસ-પચીસ મિનીટ શેક કરવાથી બચ્ચાંને જરૂર ફાયદો થશે. અરે, સાત વાગી ગયા ને ? બહેન ! મારે ઘણું મોડું થઈ ગયું છે. હવે તો હું જઈશ. કાલે પાછી બપોરે આવીશ અને કેટલીક અગત્યની પરચુરણ વાતો કહીશ. બસ, બઈ હું.



પ્રકરણ ૧૪ મું.

## કેટલીક અગત્યની માહિતીઓ

“આવો બહેન !” માણેકબહેને સમજાવકીને આવકાર આપતાં કહ્યું.

“મણીને કેમ છે ? આનંદમાં છે ને ?”

“હોય જ ને ! તમારો હાથ ફરે એટલે પછી પૂછવાનું જ થું હોય ! હાલ બાણિયાને એ ધવડાવી રહી છે.”

“હિવસના કેટલી વાર એ ધવડાવે છે ? કંઈ નિયમ રાખ્યો છે ખરો ?”

માણેક—ના, નિયમ તો કંઈ રાખ્યો નથી. પણ જરૂર લાગે છે ત્યારે ધવડાવે છે.

સમજાવકી—આ જ ખોટું છે. આપણી બહેનો આ બાબતમાં બહુ જ બેદરકાર છે. જેમ આપણે મોટાંઓ ખાવામાં નિયમિત છીએ તેવી જ રીતે નાનાં બચ્ચાંએને પણ આપણે નિયમસર રાખવાં જોઈએ.

માણેક—ઓત્તારીની ! આ તો મને આજે સમજાયું, બહેન ! ત્યારે બચ્ચાંને ક્યારે અને હિવસનાં કેટલીવાર ધવડાવવું તે તો મને કહો ?

સમજાવકી—ચક્ષિમના ડોક્ટરોની માન્યતા છે કે બાળક જન્મ્યા પછી તરત જ ધાવણ આપવું એ માતાને માટે નુકશાનકર્તા છે. ખરી રીતે તો પાંચ-છ કલાક બાદ જ

પહેલું ધાવણ આપવું જોઈએ. કાચુ તેડલા વખતમાં માતા-  
નો મુલાવડ સમયનો થાક ઉતરી જાય છે. કેટલાકે પહેલા  
બે મહિના દર કલાકે દૂધ આપવાની ભલામણ કરે છે. પરંતુ  
ખરી રીતે તો દર ત્રણ કલાકે જ દૂધ આપવું વ્યાજબી છે.

પહેલા ત્રણ મહિના નીચે મુજબ ધાવણ ધવલવવું

સવારે પાંચ વાગે  
સવારે આઠ વાગે  
સવારે અગિયાર વાગે  
બપોરે બે વાગે  
બપોરે પાંચ વાગે  
સાંજે આઠ વાગે  
સાંજે અગિયાર વાગે  
સાંજે બે વાગે

આ મુજબ બચ્ચાને ત્રણ મહિના સુધી દિવસ આખામાં  
આઠ વખત ધવલવવું.

બચ્ચું થોડા મહિનામાં પ્રવેશે ત્યારે ધાવણના સમ-  
યમાં નીચે મુજબનો ફેરફાર કરી દેવો:—

સવારે પાંચ વાગે  
સવારે સાડા આઠ વાગે  
સાંજે બે વાગે

બપોરે સાડા ત્રણ વાગે

સાંજે સાત વાગે

સાંજે સાડા દશ વાગે

અને ચાર મહિના બાદ બચ્ચાને નીચે મુજબના સમયે ધવડાવવું:—

સવારે છ વાગે

સવારે દશ વાગે

બપોરે બે વાગે

બપોરે છ વાગે

રાત્રે દશ વાગે

આમ જેમ જેમ બચ્ચું મોટું થતું જાય તેમ તેમ ધાવણના ક્રમમાં ફેરફાર કરી છેવટે ધાવણ છૂટી જાય તેમ કરવું.

મ્હાણુંક—આ મેં નવું જાણ્યું. અમારી બહેનો આ સમજતી જ નથી અને જરા જરામાં ધવડાવવા બેસી જાય છે. બચ્ચું રહે એટલે ધવડાવે, બચ્ચું સૂવે નહિ એટલે ધવડાવે, બચ્ચું બાધા જેવું બને એટલે ધવડાવે. આમ જરા-જરામાં ધવડાવવા બેસી જાય છે. ધવડાવવું ક્યારે તે બે તેઓ સમજે તો બચ્ચાંનું અને તેમનું કેટલું બહું થાય? પણ બહેન! બચ્ચાંને ધાવણ ક્યારે છોડાવી દેવું જોઈએ?

સમજી—દશથી બાર મહિનાનું બચ્ચું થાય ત્યારે ધાવણ છોડાવી દેવું જોઈએ. કેટલાક ડોક્ટરો ચૌદ-પંદર મહિના સુધી પણ ધાવણ આપવાના મતના છે. પરંતુ વધુ

મત દશથી બાર મહિના માટેનો જ છે. પરન્તુ આ ટેવ ધીરે ધીરે પાડવી. એકદમ ધાવણ છોડાવી દેવું એ પણ યોગ્ય નથી. આ માટે જરા ધીરજ અને શાન્તિ રાખવી. એક વખત માતાનું દૂધ આપવું તો બીજીવાર ગાયનું દૂધ એમ કરતાં કરતાં રફતે રફતે તે ટેવ છોડાવી દેવી.

માણેક—પણ આમ છતાં બાળક તે ટેવ છોડવા રાજી ન હોય તો ?

સમજી—તો એને માટેના ઉપાયો પણ છે. ઘણી બહેનો ચોતાના સ્તનની ડીંટડીએ ઝેરી વસ્તુઓ લગાવે છે જેથી બચ્ચું મોઢામાં નાંખતાં જ ડડવું લાગતાં ડીંટડી છોડી દે છે. પણ ડીંટડીએ આવી રીતે ઝેરી પદાર્થો ચોપડવા યોગ્ય નથી. એને બદલે કરિયાતાનો રસ, કવીનાઈન કે એળિયો લગાડવું. બાળકને એ ડડવું લાગે છે એટલે તરત જ એ ડીંટડી મૂકી દે છે, અને આમ કરતાં ધાવણની ટેવ જતી રહે છે.

પણ એક વાત ધ્યાનમાં રાખવી. ગરમીમાં બચ્ચું માંદું હોય, એને અછબડા કે ગોવડું આપ્યું હોય તેવે સમયે ધાવણ છોડાવવું નહિ.

માણેક—બાળકને ધાવણ વધુ મહિના સુધી ચાલુ રાખવામાં આવે તો શું નુકશાન થાય છે ?

સમજી—નુકશાનનું પૂછો જ નહિ. જેમ માતા બચ્ચાંને લાંબું ધવડાવે તેમ તે નબળી પડતી જાય છે. તેની કમર દુખવા માંડે છે, અને ચક્કર આવે છે. એ નબળી

પણી બાય છે. એના શરીરમાંથી સ્વચ્છ ઉઠી બાય છે અને લેપીનો નાશ થવાથી હમ, ખાંસી, કાંઈ કે એવા જ કાર્યકર રોગમાં એ સંબંધાયેલ બાય છે.

માણેક—હવે હું આ બરાબર સમજી ગઈ. પણ બહેન! બાળકને દાંત ક્યારે ફૂટે છે ?

સમજી—સાધારણ રીતે બચ્ચું બ્યારે ૬-૮ મહિનાનું થાય છે ત્યારે દૂધીઆ દાંતની ટશરો ફૂટે છે. બે અઢી વર્ષે બધી બાળુના દૂધીઆ દાંત આવે બાય છે. આ દાંત થોડા-છ વરસે પઠવા માટે છે અને પછી કાયમના દાંત આવવાની સરખાત થાય છે.

માણેક—બહેન ! એક વાત પૂછવાની હું બૂલી ગઈ છું. બાળકને કેટલા કલાક ઊંઘાડવું જોઈએ ? આ માટેનો કંઈ નિયમ છે ખરો ?

સમજી—હા, છે જ. અનુભવી ડોક્ટરો અને વૈદોનું કહેવું છે કે બાળકને સમયસર જ ઊંઘાડવું જોઈએ. એ વધુ ઊંઘ કે વધુ જાગે તો એની તંદુરસ્તીને હાનિકારક છે. બાળકની ઊંઘ કેટલી હોવી જોઈએ તે તમને આ ટેકા ઉપરથી સમજાશે:—

વય

ઊંઘ

બાળક પહેલું મહિને ૨૦ કલાક

પહેલાથી છ મહિના સુધી ૧૬ થી ૧૮ કલાક

છઠ્ઠાથી બારમી મહિના સુધી ૧૫ થી ૧૬ કલાક

બીજાથી ત્રીજા વર્ષમાં ૧૪ કલાક

ત્રીજીથી ચોથા વરસમાં ૧૨ કલાક

પાંચથી હથ વરસમાં ૬ થી ૧૦ કલાક

હથથી બેઠેર વરસમાં ૬ કલાક

આ મુજબની ઊંઘ હોવી જરૂરની છે.

**માણેક—**બાળકને શીતળા માતા ક્યારે કઢાવવા જોઈએ ?

**સમજી—**દરેક સમજી માતા બાળકને જેમ અને તેમ વહેલા જ શીતળા કઢાવી દે છે. શીતળા કઢાવવાનું મુલતવી રાખવામાં આવે તો તેનું પરિણામ બચકર પણ આવે છે. એ કામમાં ઢીલ કરવી સારી નથી. બચું બે મહિના પસાર કરી ગયું કે તરત જ શીતળા કઢાવી દેવા. એને માટેનો સારો સમય ડોક્ટરોએ બે થી છ મહિનાનો ગણ્યો છે. શીતળાનો ઉપદ્રવ ચાલુ હોય તો એક મહિનામાં પણ તે કઢાવી દેવા. મોટી વયે શીતળા કઢાવવા તે બચકર ભૂલ કરવા જેવું છે અને આ માટે પસ્તાવાનો વખત પણ આવે છે. શીતળા મૂકાવ્યા બાદ દાણા ખરાખર નીકળે એ ખાસ જરૂરનું છે.

કેટલીક માતાઓ સાતમે વર્ષે બાળકને બીજીવાર પણ શીતળા મૂકાવે છે અને તેમાં કંઈ ખોટું પણ નથી.

**માણેક—**બાળકને તાવ આવતો હોય તો તે સમયે શીતળા કઢાવાય ખરા ?

**સમજી—**ના. બાળક માંદું હોય, તેના હાંત ફૂટતા

હોય તથા તેને તાવ કે ઝાડાને! રોગ ચાલુ હોય તો તેવે વખતે શીતળા કઢાવવા યોગ્ય નથી.

બસ, બહેન પ્રસૂતિને લગતી બધી વાતો મેં તમને જણાવી દીધી છે. બચ્ચાંના બહા માટે આપણી બહેનો બે આ સલાહને માન્ય કરે અને આ શીખી લે તો હું માનું છું કે આપણા દેશનું બાળ-મરણનું પ્રમાણ તદ્દન ઘટી જ જાય. હું જ નથી માનતી-બધાંની જ માન્યતા છે કે અજ્ઞાનતાને લઈને જ સોમાંથી નેવું બાળકો આપણા આ દેશમાં મરી જાય છે. પ્રસૂતિશાસ્ત્રને લગતી અજ્ઞાનતા આપણા દેશમાંથી દૂર થાય તો તેને અંગેના બધા વહેમો પણ દૂર થઈ જાય અને બચ્ચાંની ઓલાહ વધી તે સશક્ત-દીર્ઘજીવી બને એમાં શંકા જ નથી. અસ્તુ

(સમાપ્ત)

પ્રકાશક : નંદલાલ મોહનલાલ ઠક્કર    મુદ્રક : ચતુરભાઈ શનાભાઈ પટેલ  
એન. એમ. ઠક્કરની કુ. શ્રી મહેન્દ્ર મુદ્રણાલય, મામાની  
૧૪૦, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ મુંબઈ નં. ૨    હવેલી, શાકયગર, અમદાવાદ





# બહેના માટેનાં લોકપ્રિય પુસ્તકો

પહેલું પારણું

કિંમત રૂ. ૬-૧૨-૦

ધરની રાણી

કિંમત રૂ. ૬-૧૨-૦

ગૃહિણી મિત્ર

કિંમત રૂ. ૫-૦-૦

વીસમી સદીનું પાકશાસ્ત્ર

કિંમત રૂ. ૨-૮-૦

આપણો ધરસંસાર

કિંમત રૂ. ૨-૦-૦

જનક દુલારી

કિંમત રૂ. ૨-૦-૦

હસ્ત મેળાપ

કિંમત રૂ. ૪-૦-૦

રાસ રજની

કિંમત રૂ. ૩-૮-૦

સંસ્કારલક્ષ્મી

કિંમત રૂ. ૬-૧૨-૦

દાદીમાનું વેદું

કિંમત રૂ. ૬-૧૨-૦

છવનસખી

કિંમત રૂ. ૪-૧૨-૦

ભાતભાતનું ભરત અને

ગુંથણકામ

કિંમત રૂ. ૧-૦-૦

અન્નપૂર્ણાનું મંદિર

કિંમત રૂ. ૨-૦-૦

દક્ષકન્યા

કિંમત રૂ. ૨-૦-૦

મામાનું ઘર કેટલે?

કિંમત રૂ. ૨-૦-૦

રાસ મંગલા

કિંમત રૂ. ૧-૮-૦

★

—: સવા ઓગણસાઠ રૂપિયાનો આ સેટ વસાવો:—

એન. એમ. ઠક્કરની કુંઠા : મુંબઈ ૨

